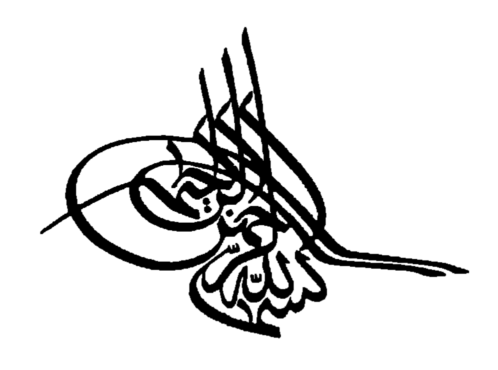

سلسلة بيوتنا وإدارة الذات
كيف تبنون
بيتاً سعيداً
الأدوار المتبادلة
د/ أكرم رضا
ألفا
للنشر و التوزيع

كيف تبنون بيتا سعيدا



الطبعة الأولى

2010 م _ 1431 هـ

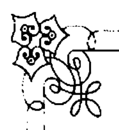
رقم الإيداع 23606 / 2009

ألفا - للنشر والتوزيع

ت وفاكس: 0020233888593
موبايل: 0020101099805
Email:alfa_eg@yahoo.com
info@alfa_publishing.com
www.alfa_publishing.com

الإدارة: 58 ش صلاح ناصف - الهرم - الجيزة - مصر
فرع الأزهر : 6 ش البيطار - خلف جامع الأزهر



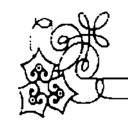



كيف تكون بيتاً سعيداً

الأدوار المتبادلة

تأليف

د/ أكـــرم رضـــا





بسم الله الرحمن الرحيم

إهــداء

إلى القلب النابض بالحب والحنان

في كل بيت....

إلى الزوجة....

حتى تتعرفي على جزءٍ من دورك

في بناء البيت السعيد....

وإلى صمام الأمن ونبع الحكمة

في كل بيت....

إلى الزوج....

حتى تتعرف على جزء من دورك

في بناء البيت السعيد....

وإليهما معًا حتى يدركا أنها أدوار متبادلة

مقدمة

كنت قد أصدرت الجزء الأول من هذا الكتاب منذ ما يقرب من عشر سنوات بعنوان «**كيف تبنين بيتًا سعيدًا؟ دور الزوجة**» وتأجل إخراج الجزء الثاني حول **دور الزوج** رغم إلحاح الكثيرين والكثيرات عليَّ لإخراجه وذلك لأسباب لا مجال لذكرها الآن .

واليوم أصدر الجزئين في كتاب واحد حيث أني اكتشفت أمراً بعد طول خبرة في العلاقات الزوجية واعتبرته نهجاً لي في كتاباتي عن الحياة الزوجية وهو أن الخطاب المنفرد لأحد الزوجين لا يصلح؛ لأن الحياة الزوجية أدوار متبادلة فما يكون حقًا لطرف يقابله واجب على الطرف الأخر فلا يمكن فصل حقوق وواجبات طرف عن حقوق وواجبات طرف آخر وهكذا تتبادل الأدوار في حياتنا الزوجية لنصل في النهاية إلى البيت السعيد .

فإذا أدت الزوجة دورها المطلوب منهاسيحصل الرجل في الوقت نفسه على ما يجب من الحقوق ... وعندها تكون قد أجابت عن سؤال: **كيف تبنين بيتاً سعيداً؟**.

وإذا أدى الزوج دوره المطلوب منه ستحصل الزوجة في الوقت نفسه على ما يرضيها من الحقوق ... وعندها يكون قد أجاب عن سؤال: **كيف تحافظ على بيتك سعيداً؟**

ولذلك فقد سميت هذا الكتاب **كيف تبنون بيتًا سعيدًا – الأدوار المتبادلة**. وأعرضه في جزئين:

الأول بعنوان: كيف تبنين بيتًا سعيدًا؟ **دور الزوجة**.

الثاني بعنوان: كيف تحافظ على بيتك سعيدًا؟ **دور الزوج**.

وجعلته حلقة من مسلسل «بيوتنا وإدارة الذات» بعد مجموعة «على أعتاب الزواج- الاختيار والخطبة والعقد والبناء» وبعد مجموعات «أوراق الورد وأشواكه في بيوتنا» وبعد «بالمعروف حتى يعود الدفء العاطفي إلى بيوتنا».

نرجع في هذه الحلقة إلى البناء فهيا بنا أزواج وزوجات نخرج من معركة الحقوق والواجبات إلى تعاون وتكامل «الأدوار المتبادلة».

ومنهجنا الذي سنسير عليه قائم على قول الخبير العليم: ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ [الملك: ١٤] فجعلنا مرجعنا الأساسي في هذه السلسلة: **القرآن الكريم والسنة الصحيحة المطهرة**، ثم عرجنا على تجارب السابقين في هذا المجال من المؤلفات التي تمتلئ بها المكتبة. وكما تعودنا لن ندع البحث النظري يأخذنا ولا الوعظ وحديث القلوب يملك علينا الطريق وإنما جعلنا التجربة هي مركبنا نبحر به في عالم الحياة الزوجية ليرى كل منا صور مختلفة تجيب عن سؤال **كيف؟** ولندرك أن لكل منا دور إذا أداه فسيحصل على ما يريد من الطرف الآخر.

د. أكرم رضا

akramreda@yahoo.com
www.akramreda.com

الجزء الأول

كيف تبنين بيتًا سعيدًا؟

دور الزوجة

تقديم



إن من الأهداف الجميلة التي يسعى إليها كل زوجين أن يكون لديهما بيت سعيد، ولا أظن أن هناك رجلاً أو امرأة إذا سألته حين زواجه عن أفضل أمنياته من هذه الخطوة في حياته إلا ويجيبك: أن أبني بيتاً سعيداً يرضى عنه الله تعالى، وينبت الخير في المجتمع، وتهنأ به النفوس .

عندما نستمع إلى الحبيب المصطفى - ﷺ - وهو يقول:

«**كلكم راع، وكلكم مسئول عن رعيته: الإمام راع، ومسئول عن رعيته، والرجل راع في أهله، وهو مسئول عن رعيته، والمرأة راعية في بيت زوجها، ومسئولة عن رعيتها**»(١) .

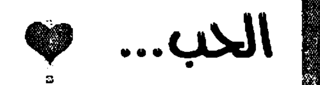
ونعلم أن لكلٍّ من الزوجين دوراً؛ ولذلك فقد جاء الجزء الأول من هذا الكتاب حول **دور الزوجة** في البيت السعيد؛ نبحث فيه حول موقع كل زوجة من قوله تعالى: ﴿ **وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ** ﴾ [الروم: ٢١] .

---

(١) رواه الإمام البخاري: (كتاب) الجمعة، (باب) الجمعة في القرى والمدن، رقم (٨٤٤)، ومسلم: (كتاب) الإمارة، (باب) فضيلة الإمام العادل، رقم (٣٤٠٨).



الحب...





هذه الكلمة الحانية الرقراقة التي امتلأت دواوين الشعراء بالحديث عنها .. وتلك القيمة الإنسانية الرفيعة التي يبحث كل منا عنها حتى يستقرَّ على شاطئ حبيبه؛ ليغمض عينيه في أمان .

وهذه العلاقة الربانية العالية التي استعبدنا الله بها، حيث جعل شعار أوليائه علاقة حية متبادلة بينه ﷻ وبينهم فقال عنهم سبحانه وتعالى: ﴿يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُۥٓ﴾ [المائدة: ٥٤] .

عزيزتي الزوجة:

هذه الكلمة وتلك القيمة وهذه العلاقة أنت نهرها الفياض وسبيلها الرقراق في البيت ..

أنت الأم: مصدر كل حنان ... ومنبع كل رحمة .

أنت الابنة: ظل ظليل، ونسمة حانية .

أنت الأخت: إشفاق ورعاية .

وأنت الزوجة ... هل تعلمين معنى أن تكوني زوجة؟.

هذا ما سنحدثك عنه في هذا الجزء حيث جعلنا عنوانه الأساسي ((كيف تبنين بيتاً سعيداً؟)) .. ليجيب عن هذا السؤال، لن نحدثك عن

دورك كأم ترعى أبناءها، أو كمشاركة في سفينة البيت حيث عليك معظـم أعبائه الداخليـة؛ ولكـن سـنحدثك عـن دورك كزوجـة في علاقتـك مـع حبيبك الزوج؛ تلك العلاقة التي جعل الله أساسـها **المـودة والرحمـة** ومـن خلال فصول هذا الكتاب نتمنى أن تضعي يدك على باقة حـب لتقـدميها لزوجك ... فهو ينتظر ...



الفصل الأول

ينابيع السعادة



عن ابن عباس ﷺ أن النبي ﷺ قال:

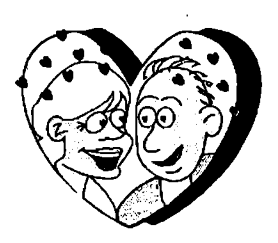
«لَمْ نَرَ لِلْمُتَحَابَّيْنِ مِثْلَ النِّكَاحِ».

[رواه الإمام ابن ماجة، (كتاب): النكاح، باب ما جاء في فضل النكاح، رقم (١٨٣٧)، بسند صحيح].

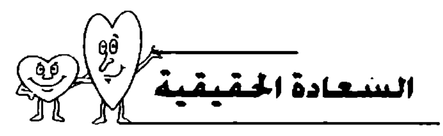


السعادة

هذه الكلمة الساحرة التي لا أظن أن امرأة على وجه الأرض لا تسعى إليها، ويخدعونكِ سيدتي إذ يقولون: إنك بإمكانك تحقيق السعادة بمفردك بكونك امرأة، والمجالات المعروضة متعددة .



يعرضون عليك **السعادة في العمل** تبدعين وتحققين فيه ذاتك، أو جمع **مال** تستطيعين به أن تشتري ما يحلو لك؛ لتحققي به سعادتك الخاصة بالملابس والطعام، وأدوات الزينة والمسكن الفاره وغيره، أو أن السعادة في **صحبة من النساء** تجدين معهن راحتك والصداقة المخلصة الناصحة، وقد تكون السعادة هي **العمل الخيري** والعطاء المستمر لكلٍّ محتاج .



السعادة الحقيقية

أجل سيدتي.. قد يكون في ذلك كله سعادة ..

ولكن لنتصارح: إن هذه كلها سعادات مؤقتة تنتهي بانتهاء وقتها، وتظل السعادة كل السعادة مع الرفيق، مع النصف الآخر الذي هفت له نفسك عندما تتفتح أزهار الأنوثة عندك، ولا لوم عليك، فإن هذا شيء

طبيعي، لقول الله تعالى: ﴿ وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١] .

آية من الآيات...

وقبل أن نسترسل في الحديث، تعالي لننظر إلى هذه الآية من القرآن، لنرى موقعها من سورة الروم، فلقد جاءت هذه الآية ضمن مجموعة الآيات التي تتحدث عن آيات الله في الكون:



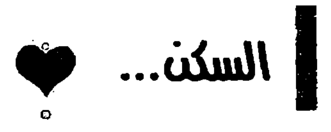


يقـــول تعـــالى: ﴿ فَسُبْحَٰنَ ٱللَّهِ حِينَ تُمْسُونَ وَحِينَ تُصْبِحُونَ ﴿١٧﴾ وَلَهُ ٱلْحَمْدُ فِى ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَعَشِيًّا وَحِينَ تُظْهِرُونَ ﴿١٨﴾ يُخْرِجُ ٱلْحَىَّ مِنَ ٱلْمَيِّتِ وَيُخْرِجُ ٱلْمَيِّتَ مِنَ ٱلْحَىِّ وَيُحْىِ ٱلْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا ۚ وَكَذَٰلِكَ تُخْرَجُونَ ﴿١٩﴾ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ إِذَآ أَنتُم بَشَرٌ تَنتَشِرُونَ ﴿٢٠﴾ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦ خَلْقُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱخْتِلَٰفُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَٰنِكُمْ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّلْعَٰلِمِينَ ﴿٢٢﴾ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦ مَنَامُكُم بِٱلَّيْلِ وَٱلنَّهَارِ وَٱبْتِغَآؤُكُم مِّن فَضْلِهِۦٓ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ ﴿٢٣﴾ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦ يُرِيكُمُ ٱلْبَرْقَ خَوْفًا وَطَمَعًا وَيُنَزِّلُ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَيُحْىِۦ بِهِ ٱلْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَآ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿٢٤﴾ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَن تَقُومَ ٱلسَّمَآءُ وَٱلْأَرْضُ بِأَمْرِهِۦ ۚ ثُمَّ إِذَا دَعَاكُمْ دَعْوَةً مِّنَ ٱلْأَرْضِ إِذَآ أَنتُمْ تَخْرُجُونَ ﴿٢٥﴾ وَلَهُۥ مَن فِى ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ ۖ كُلٌّ لَّهُۥ قَٰنِتُونَ ﴿٢٦﴾ وَهُوَ ٱلَّذِى يَبْدَؤُا۟ ٱلْخَلْقَ ثُمَّ يُعِيدُهُۥ وَهُوَ أَهْوَنُ عَلَيْهِ ۚ وَلَهُ ٱلْمَثَلُ ٱلْأَعْلَىٰ فِى ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ ۚ وَهُوَ ٱلْعَزِيزُ ٱلْحَكِيمُ ﴾ [الروم: ١٧:٢٧].

إنها جولة ضخمة هائلة، لطيفة عميقة، جولة تطوف بالقلب البشري في الأمسيات والأصباح والسموات والأرض والعشي والإظهار.

وتفتح هذا القلب لتدبر الحياة والموت، وتوجهه إلى آيات الله في خلق السموات والأرض واختلاف الألسنة والألوان والنوم واليقظة والراحة والكد، وإلى ما يعتري الكون من ظواهر البرق والمطر، وحتى تمضي هـذه

الجولة العجيبة في النهاية بالقلب البشري إلى قيام السموات والأرض في هذا كله بأمر الله[١] .



في وسط هذا الحشد الهائل من آيات الله في الكون والإنسان تأتي تلك الآية العجيبة، وهي خلق الزوج من نفس زوجه ومن كيانه، وجعل **المودة والرحمة** دستور التعامل بينهما، وجعل الهدف الأساسي لهذه العلاقة: **السكن والطمأنينة والراحة،** أي: السعادة التي تَسْعَيْن إليها .

«والناس يعرفون مشاعرهم تجاه الجنس الآخر، ... ولكنهم قلما يتذكرون يد الله التي خلقت لهم من أنفسهم أزواجاً، وأودعت نفوسهم هذه العواطف والمشاعر، وجعلت في تلك الصلة سكناً للنفس والعصب وراحة للجسم والقلب، واستقراراً للحياة والمعاش، وأُنساً للأرواح والضمائر، واطمئناناً للرجل والمرأة على السواء»[٢] .

«والتعبير القرآني اللطيف الرقيق يصور هذه العلاقة تصويراً موحياً، أو كأنما يلتقط الصورة من أعماق القلب وأغوار الحس: ﴿ وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ فيدركون حكمة الخالق في خلق كل من

---

(١) في ظلال القرآن (٥/ ٢٧٦٢) .

(٢) المرجع السابق ص ٢٧٦٢ .



الجنسين على نحو يجعله موافقاً للآخر ملبياً لحاجته **الفطرية**: نفسية، وعقلية، وجسدية، بحيث يجد عنده الراحة والطمأنينة والاستقرار، ويجد أن في اجتماعهما السكن والاكتفاء والمودة والرحمة؛ لأن تركيبهما النفسي والعصبي والعضوي ملحوظ فيه تلبية رغبات كلٌ منهما في الآخر وائتلافهما وامتزاجها في النهاية لإنشاء حياة جديدة تتمثل في جيل جديد»[١] .

نعم ... أنتِ في أشد الحاجة إليه:

كما أنه في أشد الحاجة إليك، نعم أنتِ من نَفْسِه، خُلِقتِ منه، ولذلك فأنت تبحثين عنه: **صالحٍ. رفيقاً متسامحاً كريماً،** كما يبحث هو عنك: **تقيةً نقيةً عفيفةً ودوداً** .

وحتى تستشعري معنى السعادة معه لابد أن تدركي قَدْرك عنده وأهميتك في حياته وتسألي نفسك: **من أنت بالنسبة له؟**

أنتِ بالنسبة له:

أ- **كنزه الذي يبحث عنه:**

عن ابن عباس – رضي الله عنهما – أن رسول الله ﷺ قال لعمر ﷺ: **«ألا أخبرك بخير ما يكنز المرء؟ المرأة الصالحة، إذا نظر إليها سرته، وإذا أمرها أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته»**[٢] .

---

(١) المرجع السابق .

(٢) رواه الإمامان أبو داود: (كتاب) الزكاة، (باب): في حقوق المال رقم (١٤١٧)، والحاكم: في المستدرك (٤/ ١٩)، رقم (١٤٣٧).

ب ـ ومصدر سعادته الوارف:

عن سعد بن أبي وقاص قال: قال رسول الله ﷺ: « **من سعادة ابن آدم ثلاثة، ومن شقوة ابن آدم ثلاثة، من سعادة ابن آدم المرأة الصالحة، والمسكن الصالح، والمركب الصالح، ومن شقوة ابن آدم: المرأة السوء، والمسكن السوء، والمركب السوء**»[1] .

أرأيتِ؟ أنتِ سعادته، أو شقاؤه، والمسكن الصالح يهنأ بوجودك والمركب الصالح يسهل بتعاونك؟

جـ ـ أنت نسائم السعادة، أو لفحات الشقاء:

أما ما تفيضين به من سعادة، فنسائمها بيّنها النبي ﷺ .

عن سعد ؓ أن النبي ﷺ قال: «**ثلاثة من السعادة، وثلاثة من الشقاء، فمن السعادة: المرأة الصالحة، تراها فتعجبك، وتغيب عنها، فتأمنها على نفسها ومالك، والدابة تكون وطيئة[2] فتلحقك بأصحابك، والدار تكون واسعة كثيرة المرافق.**

ومن الشقاء: المرأة تراها فتسوؤك، وتحمل لسانها عليك، وإن غبت عنها لم تأمنها على نفسها ومالك، والدابة تكون قطوفاً[3] فإن ضربتها أتعبتك، وإن تركتها لم تلحقك بأصحابك، والدار تكون ضيقة قليلة المرافق»[4] .

---

(١) رواه الإمام أحمد: مسند العشرة المبشرين بالجنة، مسند سعد بن أبي وقاص (٣/ ٣٧٨)، رقم (١٣٦٨).

(٢) وطيئة: سريعة المشي، سهلة الانقياد .

(٣) قطوفاً: بطيئة السير .

(٤) رواه الإمام الحاكم في المستدرك، (٦/ ٣٩١)، رقم (٢٦٣٤)، وصححه الإمام السيوطي .

د ـ ومقياس حسن خلقه:

حيث وصاه الإسلام بك، واشتد ﷺ عليه من أجلك .

وقرن بين ادعاء حسن الخلق، وحقيقته، وهي معاملة الزوجة .

فعن أبي هريرة ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «**أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً، وخياركم خياركم لنسائهم خلقاً**»[(١)] .

فلا تقبل دعوى زوجك أنه حسن الخلق، مع سوء معاملته لكِ .

هـ ـ ونعيمه في الآخرة:

حتى يجعلك الله مكافأة من مكافآته له في الآخرة، فأصبحت نعيماً من نعيم الجنة بالنسبة له كما أنه أصبح نعيمًا من نعيم الجنة بالنسبة لك، حيث اختارك له زوجةً في الجنة.. ﴿وَٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَٱتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُم بِإِيمَٰنٍ أَلْحَقْنَا بِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَآ أَلَتْنَٰهُم مِّنْ عَمَلِهِم مِّن شَىْءٍۚ كُلُّ ٱمْرِئٍۭ بِمَا كَسَبَ رَهِينٌ﴾ [الطور: ٢١].

استمعي إليه ينادي قائلاً:

فأنتِ التي إن شئت أشقيت عيشتي وأنتِ التي إن شئتِ أرحتِ باليا

فأشهد عند الله أني أحبها فهذا لها عندي فما عندها ليا

---

(١) رواه الإمام الترمذي، (كتاب) الرضاع، (باب): ما جاء في حق المرأة على زوجها رقم (١٠٨٢)، وقال: حسن صحيح .

هكذا سيدتي .. أنت بالنسبة له ..

وهـو يعلـم ذلـك، وإن كـابر، وإن ادَّعـى غـيره، وإن كانـت لـه اهتمامات أخرى .

فأنت في النهاية:

الشاطئ الذي ترسو عليه سفينته فيقلع عن قلبه الخوف من أعماق بحار الحياة المظلمة .

وأنت في النهاية:

الواحة التي يحط عندها رحاله فيجد الماء البارد العذب، والظل الوارف الظليل، فتسكن نفسه بعد قلق هجير الصحراء المقبضة .

يخلع أحزانه على أعتاب بابك، ويروي ظمأه من ينابيع حبك وودك .

وهو بالنسبة لكِ؟

كان حلما في خاطرك، وضعت له خطوات عملية لينفّذ..

فكانت شروطاً عند الاختيار وضوابط عند الاتفاق ..

وبدأتما كعصفورين رفيقين تجمعان قشة وقشة حتى اكتمل العش .

ما رأيك في هذه الحجرة؟ ماذا يكون لون الجدران؟ انظر إلى تلك الحجرة الصغيرة، إنها تصلح لطفلنا الجميل .

وتستمر الأحلام ... وتأتي ليلة العمر – كما يسمونها.

ويأمر النبي ﷺ فيها أن يزداد الفرح بالعروسين، ويضرب لهما بالدفوف، ويُتغّني لهما بالأغاني اللطيفة ...



ونستيقظ من الأحلام ...

كيف يستمر ذلك في الواقع كما كان في الحلم؟.
مَن عليه الواجب الأكبر في الحفاظ على تلك السعادة؟.

أنتِ أم هو؟

والحقيقة أن الإجابة معروفة، وهي أن كليكما عليه جانب من المسئولية، وسوف نحدثه عن مسئوليته - إن شاء الله - ولكن اليوم الحديث لكِ أنت... وتذكري قول النبي ﷺ : «والمرأة راعية في بيت زوجها ومسئولة عن رعيتها» .

فهيا لتتعرفي على دورك في تلك المسئولية؟ والذي يتلخص في العمل على إشاعة أسمى عواطف الود والتراحم والحب في بيتكما .

وقبل أن نبدأ نقدم لك **أمنيات زوج** ... فهل يحقق الله رجاءه؟..



الحبيبة

وزوجة المرء عـــون يستعين به

على الحياة ونور في دياجيهـــا

مسلاة فكرته ... إن بات في كدرٍ

مدت له تواسيه ... أياديهـــا

في الحزن فـرحته تحنو فتجعلـــه

ينسى آلاماً كـان يعانيهـــا

وزوجها يدأب في تحصيل عيشـه

دأباً ... ويجهد منه النفس يشقيهـا

إن عاد للبيت.. وجد ثغر زوجته

يفتر عما يسر النفس ... يشفيهـا

وزوجها ملك ... والبيت مملكـة

والحب عطر .. يسرى في نواحيها



رحلة العمر

أبدؤها معك بهذا السؤال:

لماذا تحاول الزوجة جلب السعادة لزوجها وبيتها؟.

أقـول لك:

إذا كانت ليلة العرس هي ليلة العمر، فإن الحياة بينكما هي رحلة العمر، ولكل رحلة لابد من هدف واضح جلي، ومكان تسعين للوصول إليه، لتستقر عنده النفوس والآمال .

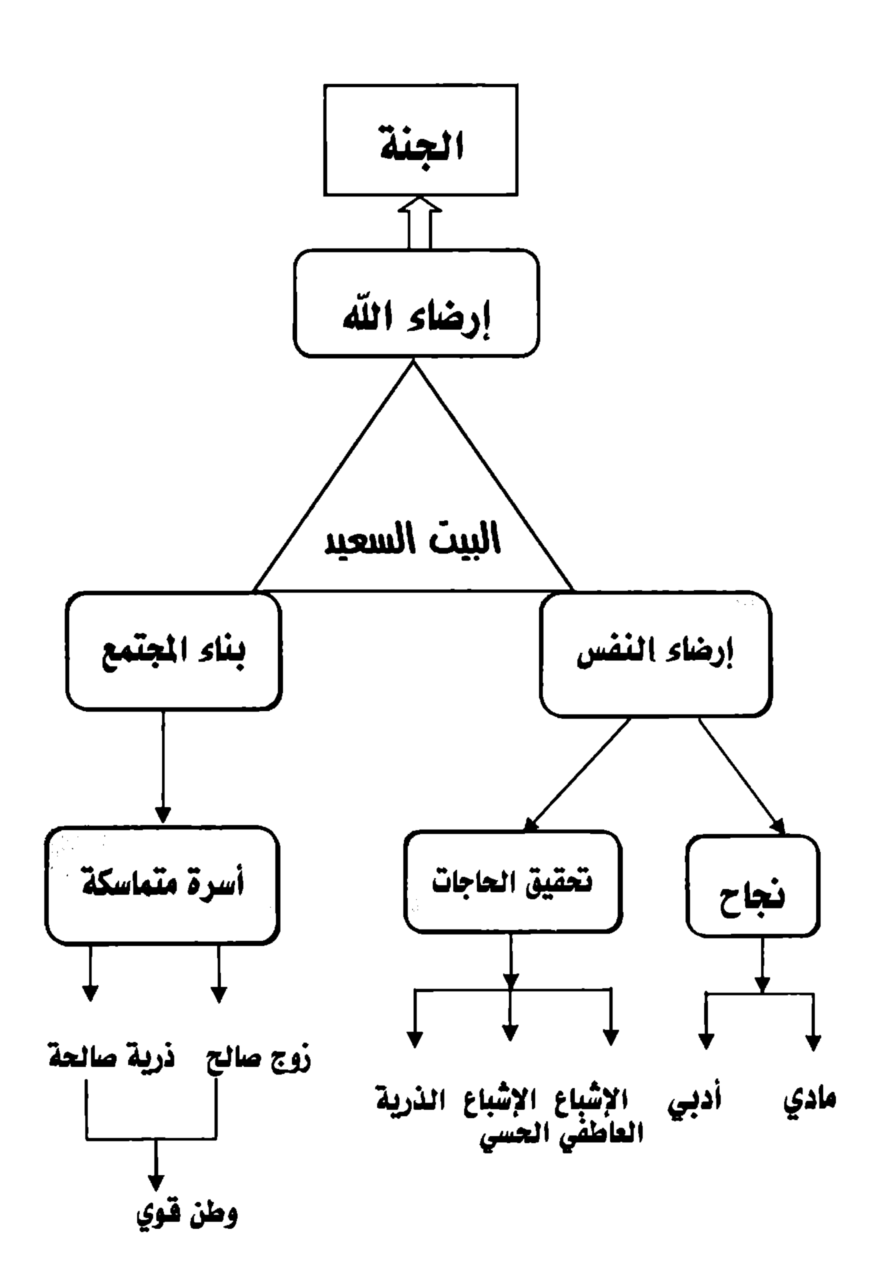
ونبدأ أهدافك من الدنيا حيث:



بيت في الدنيا

﴿ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

وإذا اعتبرت أن السعادة مثلث، فإن أهدافك من إسعاد بيتك وتمهيد الطريق لرحلة العمر هي زواياه الثلاث .. تأملي معنا هذا الشكل:


الجنة
إرضاء الله
البيت السعيد
بناء المجتمع
إرضاء النفس
أسرة متماسكة
تحقيق الحاجات
نجاح
زوج صالح
ذرية صالحة
وطن قوي
الإشباع العاطفي
الإشباع الحسي
الذرية
أدبي
مادي



فمحور البيت السعيد قائم على ثلاثة أعمدة.. **إرضاء الله** .. ويتبعه **إرضاء النفس** .. ثم نتيجة ذلك كله **بناء المجتمع** الصالح الراشد، وأكبر الغايات وأسماها أن نصل إلى الجنة، حيث الرضا الكامل من الله .

ويتحقق رضا النفس بعد إرضاء الله ﷻ من خلال شعاعين:

الأول: نجاح مادي، أو أدبي.

والثاني: تحقيق الحاجات النفسية الفطرية .. من إشباع عاطفي وحسي وذرية يقول تعالى: ﴿ وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴾ [الفرقان: ٧٤].

ونتيجة ذلك كله: مجتمع راشد، تساهم الأسرة فيه بأفراد صالحين، يقيمون وطناً قوياً ..

هل أدركت الآن ماذا تفعل تلك القطرة الندية من عطائك في كل من حولك؟

وهل صدقت الآن انك نبع الحب؟

هذه هي المكاسب الهائلة التي ستحصلين عليها من تلك التضحيات التي ستقدمينها من أجل جلب السعادة لزوجك وبيتك، لقد امتلأت الأركان بأجمل الغايات، وأسمى الأماني، وامتدت زوايا المثلث بأفرع من الخير، يُلْقى ثمارًا نضرة على النفس والمجتمع، وفي القمة تشرق شمس النعيم، حيث رضا

الله وجنته ﴿ خَٰلِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَٰجٌ مُّطَهَّرَةٌ وَرِضْوَٰنٌ مِّنَ ٱللَّهِ ۗ وَٱللَّهُ بَصِيرٌۢ بِٱلْعِبَادِ ﴾ [آل عمران: ٥١] .

وبهذا يتحقق هدفك الثاني حيث:

بيت في الآخرة

﴿ جَنَّٰتُ عَدْنٍ يَدْخُلُونَهَا وَمَن صَلَحَ مِنْ ءَابَآئِهِمْ وَأَزْوَٰجِهِمْ وَذُرِّيَّٰتِهِمْ ۖ وَٱلْمَلَٰٓئِكَةُ يَدْخُلُونَ عَلَيْهِم مِّن كُلِّ بَابٍ ﴿٢٣﴾ سَلَٰمٌ عَلَيْكُم بِمَا صَبَرْتُمْ ۚ فَنِعْمَ عُقْبَى ٱلدَّارِ ﴾
[الرعد ٢٣: ٢٤] .



الحقائب الثلاث

نبدأ معاً خطوة خطوة في رحلة السعادة، فتعالي نعد حقائبنا النفسية بهدوء، حتى لا ننسى شيئاً، وأظن أنك ستحتاجين في هذه الرحلة ثلاث حقائب:



الحقيبة الأولى:

مراحل:

اعلمي أيتها الزوجة أن الحياة الزوجية ليست صورة واحدة، أو شكلاً واحداً طوال أيام العمر؛ ولكن تختلف بحسب مرور المراحل العمرية على الزواج .

انظري معي إلى هذا الجدول: **هل توافقين على ما فيه؟**

وأين أنت من هذه المراحل؟

المرحلة	مدة الزواج	مميزاتها
الأولى: **التعارف**	من ١ : ٣ سنوات	وفيها يبدأ فهم النفسيات، واكتشاف الطرف الآخر، ومعرفة المفاتيح والأنهار الموصلة ﴿بِالْمَعْرُوفِ فَإِن كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ [النساء: ١٩] .
الثانية: **التآلف**	من ٣: ٥ سنوات	تعميق الميل القلبي وحصد ثمار المحبة ﴿وَلَا تَنسَوُا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ [البقرة: ٢٣٧] .
الثالثة: **التفاهم**	من ٥ : ٧ سنوات	حيث الحوار الهادئ، والعاطفة الرقراقة ﴿لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً﴾ [الروم: ٢١] .

الحقيبة الثانية:

اختلاف المنابع[١]:

يبدأ نهر النيل قبل أن يصبح نهراً واحداً – بفرعين كبيرين: النيل الأبيض والنيل الأزرق، وكل منهما ينبع من مكان مختلف عن الآخر، ويجري بقوة فترة طويلة يشق الأرض شقا، يدور حول الجبال، وتنمو حوله الأشجار، وتعيش عليه الحيوانات والإنسان..

وعندما يلتقي النهران في مدينة الخرطوم بالسودان يضرب كل منهما الآخر ضرباً شديداً في هدير شديد حتى يصبحا مجرى واحداً، يجري بالخير وبقوة في صحراء السودان، ويشق جبال جنوب مصر لينشر الخير والنماء على جانبي الوادي في الشمال.

---

(١) الفكرة عن شريط فيديو بعنوان «مفاهيم تعين الزوجة على الاستقرار»، إنتاج مصابيح الهدى (الكويت) .

وخلال هذا الهدير الشديد عند التقاء النهرين، يترك كل منهما رواسبه، لتكون بينهما دلتا غنية، تنمو فيها الغابات، ويستطيع أن يزرعها الإنسان لتؤتي أكلها كل حين بإذن ربها .

ونفس المشهد الجغرافي يتكرر على أرض العراق، حيث التقاء نهري دجلة والفرات في نهر صغير يسمى شط العرب قبل مصبه في الخليج العربي، ومن خلال هذا الالتقاء القوي الهادر بين النهرين تكونت دلتا تسمى أرض الهلال الخصيب، فهي من أخصب الأراضي، حيث نتجت من رواسب التقاء النهرين .



أراك تبتسمين، وتسألين نفسك

هل نحن في درس جغرافيا؟

أم أن هذه الصفحات جاءت خطأ من كتاب مدرسي؟

سيدتي الزوجة: لا هذا، ولا ذاك، ولكن أقول لك:

إن التقاء الزوجين في أول حياتهما الزوجية شبيه جدًا بهذا اللقاء بين النهرين .



إن كلاً من الزوجين له منبع مختلف جاء منه، اختلفت فيه ثقافته وبيئته وتربيته، وبناءً على ذلك أصبح لديه رواسب مختلفة من العادات والتقاليد التي تختلف عن الآخر، وعندما يلتقى النهران – **أقصد: الزوجين** يصدم كل منهما الآخر صدمة عنيفة، وقد تفور الرواسب من قاع كل منهما نتيجة هذا الصدام، وهذا هو تفسير كثرة المشكلات في السنوات الأولى من الزواج .

ويبدأ كل من الزوجين في ترك رواسب على ضفتيه نتيجة مراجعات متعددة حتى يتم توحد النهرين – **أقصد: الزوجين** – في مجرى واحد يجري بقوة، ولكنه هادئ رقراق، عذب نقي .

فقد يتعارض الزوجان في أول الأمر، وقد يختلفان؛ لاختلافهما في تقدير الأمور وفهمها، ولكن مع التعايش لفترة من الزمن، وتكرار الالتقاء يصبح بينهما نوع من التفاهم والتراضي والتسامح، ويتحقق الانسجام؛ ليتكون المجرى الواحد الجديد الذي يجري بالخير والرخاء، أما الرواسب التي خلفاها فهي بيئة خصبة غنية بالتجارب، تمدهم بثمار طيبة من الذكريات والتوجيهات وضبط الطريق، بجانب أنها مجال لنظر غيرهما واعتبارهم .

فأعود لأقول لك عزيزتي الزوجة ...

امنحي نفسك وزوجك فرصة من الوقت، وكرري اللقاء والحوار وإن كان هادئًا بعض الشيء فمع الوقت سيلتقي النهران ويهدأ الشاطئ.

الحقيبة الثالثة:

من مفاتيح السعادة:

انفجرت باكية، وقالت من خلال دموعها: «أنا تعبت مـن زوجـي، جربت معه كل وسيلة، لم تفلح، ليس هناك فائدة في التعامل معه» .

هذه هي النتيجة النهائية لبعض الزوجـات بعـد تجربـة، أو تجـربتين مـن محاولات التفاعل والتجانس مع أزواجهن، تظـن أنهـا قـد اسـتخدمت كافـة الوسائل، وتظن أن وسيلة أو وسيلتين كافيتان للتفاهم معـه، لا تعلـم أن كـل باب له مفتاح خاص به، وأنها لابد أن تتحلى بالصبر لتُفتَح لها الأبواب .

على العموم اقرئي هذه الرسالة التي أرسلها لكِ زوجك، وأنت على **باب السعادة**(١) .

زوجتي الحبيبة

إذا وجدت باب السعادة مغلقًا فلا تحاولي فتحه عنوة..

وجربي هذه المفاتيح.

وانتظري أرجوك.. لا تيأسي من أول مفتاح

وتحطمي الباب..

ولكن جربي أكثر من مفتاح..

فأنا متأكد أن أحدهم سوف يفتح إن شاء الله..

زوجك المحب..

---

(١) فكرة هذه الرسالة مأخوذة عن هدية من مجلة الفرحة الكويتية .

الرحمة المودة الحنان الإشباع الحسي الحب

التفاهم الحوار الدلال التضحية الطيب والبخور

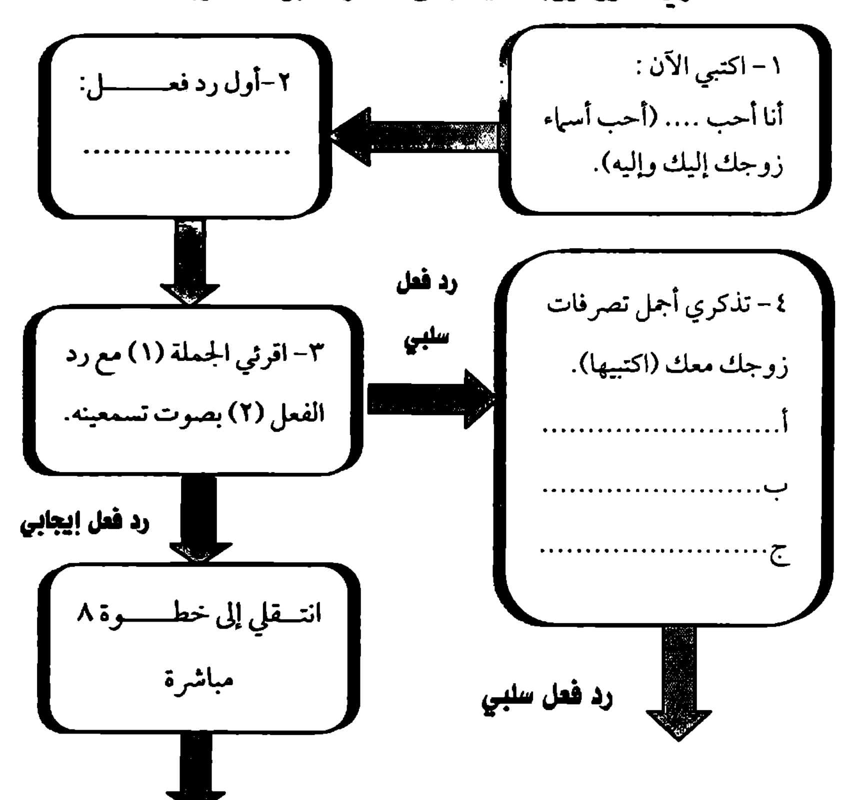
الكلمة الطيبة اللطف الزينة

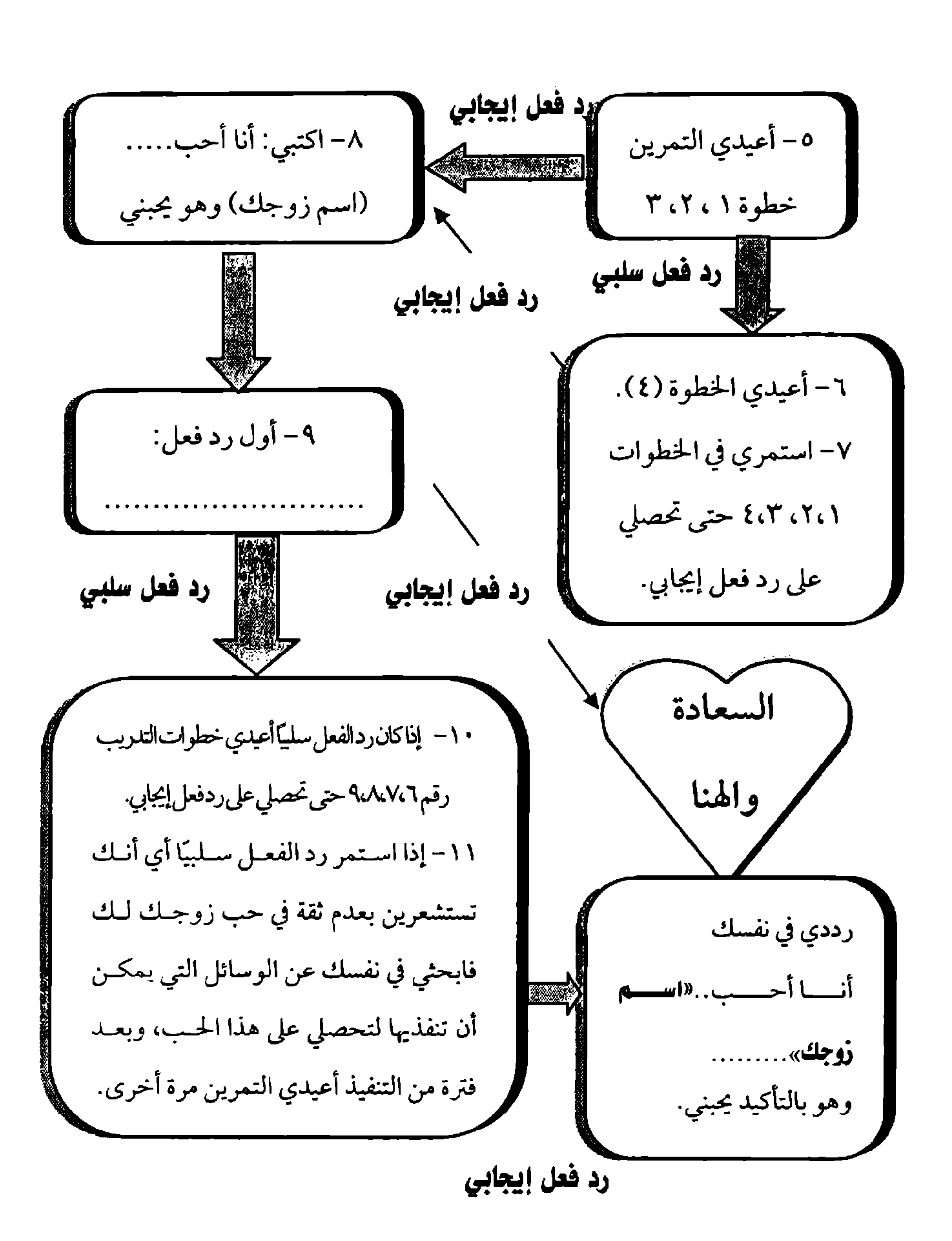
تمرين...

حوارات داخلية

﴿ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾

استحضري صورة زوجك في أبهى منظر تحبين أن ترينه عليه ....




٥- أعيدي التمرين
خطوة ١ ، ٢، ٣
رد فعل إيجابي
٨- اكتبي: أنا أحب.....
(اسم زوجك) وهو يحبني
رد فعل سلبي
رد فعل إيجابي
٦- أعيدي الخطوة (٤).
٧- استمري في الخطوات
١، ٢، ٣، ٤ حتى تحصلي
على رد فعل إيجابي.
٩- أول رد فعل:
....
رد فعل سلبي
رد فعل إيجابي
السعادة
والهنا
١٠- إذا كان رد الفعل سلبيًا أعيدي خطوات التدريب
رقم٦، ٧، ٨، ٩ حتى تحصلي على رد فعل إيجابي.
١١- إذا استمر رد الفعل سلبيًا أي أنك
تستشعرين بعدم ثقة في حب زوجك لك
فابحثي في نفسك عن الوسائل التي يمكن
أن تنفذيها لتحصلي على هذا الحب، وبعد
فترة من التنفيذ أعيدي التمرين مرة أخرى.
رددي في نفسك
أنا أحب..«اسم
زوجك»........
وهو بالتأكيد يحبني.
رد فعل إيجابي

لا يغمض لي جفن

هكذا تفتحت ينابيع الحب مرة ثانية في نفسك بعد أن أدركت قيمة رفيق الرحلة، وتعرفت على بعض ملامح سعادتك معه .

والآن وحتى يَعْذُبُ النهر، وتحلو رشفاتُه لا سبيل إلا أن تفهمي رفيق دربك .

ولا يكون ذلك في جو صاخب، أو صوت عال؛ ولكن لابد له من همسات مودة، اجعلي شعارك ورداءك فيها ما أخبر الحبيب المصطفي ﷺ به كل زوج وزوجة:

«ألا أخبركم بنسائكم في الجنة ... كل ودود ولود، إذا غضبت أو أسيء إليها، أو عصت زوجها قالت: هذه يدي في يدك، لا أكتحل بغمض حتى ترضى»(١) .

فهيا يدك في يده تعزفان همسات المودة؛

لتصلا إلى فهم النفسيات .

---

(١) رواه الطبراني في (الأوسط)، باب: من إسمه أنس (٤/ ٣٧٠)، رقم (١٨١٠) وفيه رجل ضعّفه البخاري.

فهم النفسيات

معمل النفسيات:

في معامل الكيمياء نقوم بوضع المواد في أنابيب اختبار، ونصبُّ عليها موادًّا أخرى؛ فتحدث تفاعلات، وتكون نتائجها مدهشة .

فبعض المواد تنتج فوراناً شديداً، وبعضها ينتج سخونة ودخاناً يتكاثف على هيئة سُحُب متصاعدة، بعضها أبيض، وبعضها أزرق، والآخر بلون القرنفل البنفسجي .

وقد يتحول السائل إلى حلقة بنفسجية، وقد تتكون كتلة هلامية داخل الأنبوبة، وقد يعطى رائحة نفاذة منفرة، أو مسيلة للدموع، وربما تكون رائحة جميلة وعطرة ومحببة .

وهكـذا...

نتائج مختلفة، أساسها اختلاط مادتين ذواتي طبيعتين مختلفتين، وبفهم طبيعة كلِّ مادة وسلوكياتها ورد فعلها تجاه المواد الأخرى تمكنًا من إنتاج ما يفيد البشرية .

الزوجة الكيميائية:

وهكذا كل زوجة تريد أن تنتج حياة سعيدة لابد أن تعرف طبيعة زوجها، وتفهم نفسيته، حتى تعرف كيفية التعامل معه، وسلوكه تجاه التصرفات المختلفة .

والموضوع متسع وعميق، ويدخلنا في المرحلة الثالثة من مراحل الحياة الزوجية **مرحلة التفاهم**: فكلما نجحت الزوجة في المرحلة الأولى «**التعارف**» في فهم نفسية الزوج، وتمكنت في المرحلة الثانية «**التآلف**» من حسن التعامل مع هذه النفسية كلما كان ذلك عاملاً محفزاً أن تسرع برحلتها نحو المرحلة الثالثة «**التفاهم**» وتعبرها في سعادة إلى المرحلة الرابعة.. حيث ﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ﴾ .

ماذا يريد زوجك منك؟

لم أعد أعرف ماذا يريد؟!!

هكذا صرخت الزوجة في حيرة، إما في نفسها، أو في وجه زوجها .

فقد تحاول الزوجة إرضاء زوجها، وتحدد بينها وبين نفسها إجابة هذا السؤال: **ماذا يريد لكي يرضى؟** وتسير في وسائل التنفيذ مرحلة ومراحل، ثم تفاجأ بأن زوجها غير راضٍ .



فتسأل نفسها: لماذا؟ ... لقد فعلت أقصى ما أستطيع لأحقق ما يريد .. لكي يرضى، ولكنه لم يرضَ !!

هنا نقول لها: توقفى، واسألي نفسك: هل فعلاً ما حددت بينك، وبين نفسك هو ما يرضى زوجك؟

لافتات:

وهناك لافتات ثابتة في حياتنا الزوجية، يظن البعض فيها الصواب، وكثير منها تطبقها النساء دون النظر إلى الطرف الآخر .

زوجي لا يرضيه شيء

ولعت له أصابعي شمعًا

زوجي عصبي

واحذري أن ذلك قد ينقلب على نفسيتك بالضرر، فكثرة ترديد الشكوى بينك وبين نفسك يصل بك إلى تصديق نفسك، ووصم الزوج بصفة سيئة داخل نفسك، مما يجعل هناك تنافراً في النفسيات .

أما إذا ألقيت عنك هذا، وتذكرت لزوجك مواقفه الجميلة معك، فسوف ينمى هذا عندك الرضى عن زوجك، برغم ما فيه من عيوب، مما يجعلك أكثر قدرة على معالجتها تماماً .

ونقول لك أيتها الزوجة الفاضلة:

إن الله لم يخلق البشر شكلاً واحداً أو طبيعة واحدة، ولكنهم مختلفون، وما يرضى هذا قد لا يرضى الآخر، وما يكون في قمة هرم احتياجات البعض قد يكون في مرتبة متأخرة للبعض الآخر؛ بل والبعض يكون راضياً في وقت وحالة مزاجية معينة عما لا يرضى عنه في وقت آخر.

وقبل أن ننتقل إلى مرحلة تالية: نحكي لك حكاية **مروضة الأسود** .

ترويض الزوج...



يحكى أن سيدة كانت تعيسة في حياتها الزوجية، فذهبت إلى عرَّاف ليدلها على ما تفعله حتى تروض زوجها وتسعد معه، فطلب منها العراف أن تأتي بسبع شعرات من ذقن أسد، فذهبت المرأة للصحراء ووضعت كمية من اللحم وقربتها من عرين الأسد ثم انصرفت، وكررت هذا الأمر عدة أيام حتى عرفها الأسد، وبدأ ينتظر مجيئها بالطعام ويطمئن لوجودها، فكانت تضع له اللحم وتجلس بجواره حتى يستغرق في النوم آمناً لصحبتها، وفي أحد الأيام وهو نائم بجانبها شدت من ذقنه سبع شعرات برفق وذهبت بهن إلى العراف، فقال لها متعجبًا: استطعت ترويض أسد لا عقل له، ولا تقدرين على ترويض زوجك؟! .



كيف تغيرين سلوك زوجك؟

كانت هذه الحكاية للطرافة، والآن عليك خطوات محددة، لتغيير سلوك، إو إقناع زوجك بشيء ما:

١- البدء بذكر الإيجابيات، وتقدير الشخصية واحترام وجهة نظره.

٢- بيان أنك لا تقصدين التقليل من شأنه .

٣- توصيف السلوك المراد تحقيقه، أي: النتيجة التي تريدين أن تصلِي إليها .

مثال: لا تقولي: إنك عصبي عالي الصوت، ولكن قولي: يا ليتنا نكون أكثر هدوءاً، فإن الصوت المنخفض يسري إلى القلب والعقل .

٤- البعد عن الغموض، أو التعميم، أو استخدام ألفاظ تحتمل أكثر من معنى .

٥- البعد عن المقارنة بالآخرين، أو ضرب أمثلة بأحياء، ويمكن ضرب أمثلة بالنبي ﷺ أو الصحابة والتابعين .

٦- بيان مقوماته الشخصية الإيجابية، والتي تساعده على تخفيف ذلك السلوك .

٧- كل هذا يكون بعيداً عن الآخرين وخاصة الأطفال، أو أفراد الأسرة من أهلك أو أهله .

٨- اختيار الوقت المناسب، والمكان المناسب، والأسلوب المناسب .

٩- ولا تنسى رقة العبارات ونعومتها، واللمسات الحانية، فمثلاً يمكن أن يكون حواركما ويده بين يديك، أو أصابعك في شعره، وأظن أن رائحة عطرك، ولون ثوبك سيكونان عاملين مهمين في الإقناع .

١٠- تذكري قوله تعالى:

﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ (٣٤) وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ (٣٥) وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾ [فصلت: ٣٤- ٣٦].



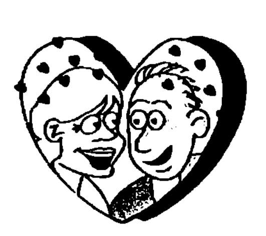


لمحات للذكرى



نذكرك أيتها الزوجة الفاضلة قبل ترك هذه الروضة ببعض ملامحها

الحب... ليس مجرد كلمة..ولكنه يجري بالحياة في البيت مثل الدماء.



السعادة... هي رفيق على الدرب يتبادل معك خطوات الحياة وتعيشا معًا... السكن والمودة والرحمة.

إذا كنت في أشد الحاجة إلى زوجك كرفيق لدربك فاعلمي وتأكدي أن زوجك في أشد الحاجة إليك فأنت كنزه ومصدر سعادته ومقياس حسن خلقه أمام الله والناس ثم نعيمه في الآخرة.

في رحلة عمرك... تبنين بيتًا في الجنة موازيًا لبيت الدنيا إذا قام الأخير على إرضاء الله وإرضاء النفس بإشباع الحاجات والذرية وبناء المجتمع بتربية الذرية الصالحة

فتحنا معاً حقائب ثلاثة في الرحلة:

الأولى: عرفت أن الزواج مراحل « تعارف، وتآلف، وتفاهم ، وتكاتف».

الثاني: اختلاف المنابع قد يكـون شر إذا لم نـستوعب أنـه يمكـن أن ينمو الخصب عند التقاء النهرين.

الثالـث: اسـتخدام أكثـر مـن مفتـاح لفـتح أبـواب ارضـاء زوجـك سيهديك إلى المفتاح الصحيح.

حسني الحوارت الداخلية بتـذكر حـسنات زوجـك حتـى تـصلي إلى الرضا.

بفهم النفسيات تستطيع كل زوجة حسن التفاعل مـع زوجهـا.. بـل وتصل إلى القدرة على تغيير سلوكه الذي لا ترضاه.



الفصل الثاني

دعائم السعادة الزوجية



١ - الفهم والتفاهم.

٢ - الحوار الهادىء.

٣ - الإشباع العاطفي.

٤- الرضى والواقعية.

الدعامة الأولى



الفهم والتفاهم
(التناغم)

تمرين...

هل أنتما متفاهمان؟

أجيبي عن الأسئلة التالية بـ (نعم) أو (لا) .

م	السـؤال	نعم	لا
١	هل تُشْعِرين زوجك بحبك له وعدم إهمالك له؟		
٢	هل تبتعدين عن إظهار عيوب زوجك بشكل صريح؟		
٣	هل تبتعدين عن الاستهزاء بمشاعر زوجك؟		
٤	هل تقبلين اقتراحات زوجك دون استخفاف؟		
٥	هل توجد ثقة بينكما؟		
٦	هل تكثرين من المديح والثناء على زوجك؟		
٧	هل تتجنبين استفزاز زوجك؟		
٨	هل تتجنبين فرض أسلوبك، أو تفكيرك على زوجك؟		
٩	هل تُشْعِرين زوجك بأنه أفضل منك؟		
١٠	هل تتجنبين مقارنة زوجك بالآخرين؟		
١١	هل تركزين على إيجابيات زوجك؟		
١٢	هل تتجنبين ذكر سلبيات زوجك أمام الآخرين؟		
١٣	عندما تطلبين من زوجك طلباً ما، هل تختارين الوقت المناسب والمكان المناسب؟		



م	السـؤال	نعم	لا
١٤	هل تحافظين على نظام وأسلوب حياته؟		
١٥	هل لديك الرغبة والقدرة على محاولة فهم زوجك؟		
١٦	هل تعطين الإنصات قدراً من الأهمية مع زوجك؟		
١٧	هل تعبرين بصراحة عما يدور في نفسك؟		
١٨	هل تتجنبين الصمت الطويل؟		
١٩	هل تخصصين بعض وقتك للتنزه مع زوجك؟		
٢٠	هل يندر حدوث مشاحنات ومشاجرات بينكما؟		
٢١	هل تتشاركان في أخذ القرارات في الشئون المالية؟		
٢٢	هل تعالجان مشكلاتكما بهدوء؟		
٢٣	عند حدوث خلاف بينكما، هل تبادرين لاسترضاء زوجك؟		
٢٤	عندما تحققان هدفاً مشتركاً، هل تشعرين بالرضى والسعادة؟		
٢٥	هل تعتبرين نجاحه في الحياة نجاحاً لك؟		



النتائج

ضـعي لنفـسك الـدرجات التاليـة ثـم احصلي على مجموع العمودين:

نعم	٢
لا	١

١٠ - ٢٥

فقر في السعادة:

تناقض في الطباع بينكما .

ضمور في المصارحة .

انفجار

١٠ - ٢٥

سعادتكما بين شروق وغروب.

تشابهت بعض الطباع بينكما .

مشكلاتكما تتأجج بين الهدوء والغضب.

حواركما محاولات لفرض وجهات النظر.

كل منكما يعرف مزايا الآخر .

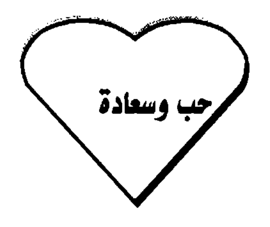
تقلبات

١٠ - ٢٥

ود ... وتفاهم .

حوار صريح واضح.

نعم ... أنتما متفاهمان.



إذا أردت أن يستجيب لكِ:

احذري عندما تريدين شيئاً من زوجك أن تطلبيه في مثل هذه الأوقات:



اللاءات العشرين

موقف رفض....

عزيزتي الزوجة... ما موقفك من النصائح الزوجية؟
ارفضي أكثر من نصف النصائح التالية، ولكن قدمي مـبررًا مقنعًـا لرفضك.

١- لا تقارني نفسك به، فهو مختلف عنك.

أوافق أرفض

لماذا ....

٢- لا تقتحمي عزلته إذا فضل الابتعاد عن الآخرين، لحل مشكلة لديه.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

٣- لا تستفزيه إذا كان بطبيعته حاد الطباع، عصبي المزاج، ينفد صبره بسرعة.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

٤- لا تتوقعي منه أن يقوم دائمًا بما ترغبين؛ لأنه لا يفكر بأسلوبك في الغالب.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....



٥- لا تفرضي أسلوبك أو تفكيرك عليه؛ لأنه يغضب إذا شعر بنديتك له.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

٦- لا تثقلي عليه بالحديث، فيشعر أنك ثرثارة.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

٧- لا تنتظري أن يقول لك: آسف؛ لأنه لا يحب الاعتذار، وإن أراد فإنه يتبع طرقًا أخرى غير المباشرة في التعبير عن ذلك.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

٨- لا تشعريه بعدم حاجتك إليه، حتى لا تفقدي عطاءه ورعايته لك.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

٩- أحسني اختيار الكلمات حتى لا تؤذيه.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٠- لا تقللي من قيمة ما يقوم به من أجلك وأولادكما حتى لا تفقديه.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١١- لا تنتقديه أمام أهله وأصدقائه، لأن ذلك يحرج رجولته.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٢- لا تلحي عليه في السؤال عند خروجه، فقد يشعره ذلك بالضيق.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٣- لا تنفريه منك أثناء المعاشرة الزوجية فإنها تقوم على تبادل المشاعر.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٤- لا تنشري أسرار حياتكما فهذا يشعره بالخيانة.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٥- لا تزيدي من طلباتك، فهو يحب الزوجة القنوع.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٦ لا تشعريه بأنك أفضل منه، حتى لا تفقدي حبه واحترامه.

اوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٧- أكثري من مظاهر حبك وحنانك له، فإن هذا يشعره بالرضى.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٨- لا تنتظريه دائمًا أن يكون المبادر، فإن كرم الزوج في ردود أفعاله.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

١٩- لا تهتمي بأولادك على حساب اهتمامك به، فهو يجب أن يكون مصدر الاهتمام والرعاية طوال وجوده بالبيت.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

٢٠- لا تتنازلي عن قوامته بالبيت، فتقدي دفة سفينتك.

أوافق أرفض

لماذا؟ ....

هكذا لاحظت أن...

معظم هذه النصائح لا تستطيع زوجة عاقلة تدرك دورها في البيت السعيد أن ترفضها.

الآن... عليك أن ترجعي إلى النصائح التي أشرت إليها بالرفض، وناقشي مع نفسك أسباب رفضك لها...

واظن... أن مؤشر السعادة سيرتفع كلما غيرت وجهة نظرك في كل نصيحة من هذه النصائح التي رفضتيها من قبل.

العقيدة الزوجية...

إذا استطعت أن ترصدي وجود أكثر النقاط الستة التالية في علاقتك مع زوجك، فسوف يكون لديك مقياس جيد للتفاهم بينكما:

١- **أنت تسعين دائماً لإرضائه،** وتحاولين أن توفري ما يلزم لراحته النفسية، ولديك القناعة بأقل رعاية واهتمام منه .

٢- **وجهات النظر لديكما متقاربة،** فلا توجد فجوة تؤدي إلى بذل الجهد في توصيل وجهة نظرك إلى زوجك .

٣- **أنت تجيدين إدارة موقعك كربة بيت مسئولة عنه،** بما فيه زوجك، فتعرفين أحب الأشياء إلى قلبه، و تدركين أن سعيك في سعادة بيتك – ومن باب أولى سعادة وإرضاء زوجك – هو جزء من سعادتك الشخصية وتحقيق لطموحك، ونجاح لإدارتك لذاتك.

٤- **وأنت على درجة من الثقافة الزوجية** أهَّلتك لجمع جيد للمعلومات والخبرات عن طبيعة ونفسية شريك حياتك، وهذا من طبيعتك كأنثى لديها حب الاستطلاع والرغبة في كشف المجهول، لذلك أنت مدركة تماماً لأهمية الفهم والتفاهم كدعامة من دعامات الحياة الزوجية .

٥- وإنت لديك كمًّا هائلاً من العطاء والحب والإخلاص أهَّلك لتتبوئي مكانة عالية عند زوجك بجانب ثقة قوية في النفس، وإدراك جيد لقدراتك جعلك مطمئنة لخطواتك في تغيير ما لا ترتضينه من سلوكيات زوجك، والطاقة التي تدفع ذلك كله هي طاعتك لزوجك، وقدرتك على تقبل قوامته، ومعاونته عليها بالشورى .

٦- لقد أدركت أن كل المسئوليات الملقاة عليك والمشاغل المطلوبة منك هي في المرتبة الأخيرة بعد زوجك، حيث إن الأولوية عندك لذلك الرفيق والشريك.

إذا كانت أكبر نسبة من النقاط الستة السابقة هي جزء من عقيدتك الزوجية

فلقد أدركت تماماً أن الفهم هو الطريق إلى التفاهم

من فنون التعامل وقت الخصام...



نتيجة لضغوط الحياة، وثقل المسئوليات الملقاة على كل من الزوج والزوجة فقد تحدث بعض نقاط خلاف بينهما ولكن ينبغي أن يكون الزوجان متفاهمين حتى في أسلوب الخصام .

وإليك بعضاً من فنون التعامل مع الزوج في وقت الخصام معه:

١- فكري قبل أن تردي على هجوم، أو استياء زوجك، فقد يكـون متعباً أو مريضاً هذا اليوم، ولا يقصد حقيقة ما يقول ثم فكري في إجابـة أو رد لطيف يهدىء الجو .

٢- تجنبي إيذاء زوجك بكلام جارح، حتى لو كان صحيحاً .

٣- لا تكرري ردودك أو إجاباتك كلمـا تناقـشتما حتـى لا تـثيرين زوجك .

٤- تجنبي الردود القاطعة أو التي تـدل علـى أنـه لا أمـل، مثـل: **لـن تتغير أبداً، أنت دائماً تسىء فهمي** .

٥- من الخطأ التعامل بمفهـوم: مـن سيكـسب أخـيراً، وكأنهـا حرب .

٦- تجنبي قدر الإمكان الشكوى لطرف ثالث، ليتـدخل بينكمـا وإن كان ولا بد، فلا بد أن يرضى عنه زوجك ويختاره معك.

٧ اتفقا على أن يأخذ كل واحد منكما دوره في المبادرة بالصلح في اي مـرة تختلفـان فيهـا وحـددي مكافئـة جيـدة لزوجـك إذا بـادر هـو بمصالحتك وأنت تدركين أفضل مكافئة ترضيه.

٨- تجنبي إطالـة فـترة الخـلاف، حتـى لا يزيـد التباعـد بينكمـا مـن تضخيم المشكلة مهما كانت صغيرة .

٩- **قبول النفس و قبول الزوج** يقي من الوقوع في دائـرة الخـلاف أو الخصام .

وهكذا بقياس قدر التفاهم بينكما ومعرفتك وقـت الطلـب النـاجح وإدراك مواقف الرفض المدمرة للحوار وتثبيت عقيدة زوجية صحيحة في قلبك وإجادة فنون التعامل وقت الخصام بينا **الدعامة الأولى** من دعامـات السعادة الزوجية **الفهم والتفاهم** فهيا لنبدأ في بناء الدعامـة الثانيـة **الحـوار الهادىء**...



الدعامة الثانية



الحوار الهاديء
(المصارحة)

الحوار الهادئ (المصارحة)... 

الكلمات سفير المشاعر والخواطر والأفكار، والحـوار هـو جـسر التواصل، وحبل الترابط، وشريان الألفة والتفاهم بين الزوجين.

فكيف تكون الحياة إذا تصدع ذلك الجسر، أو تقطع ذلك الحبل، أو تصلب ذلك الشريان مُوقِفاً نبض الحياة في جسد العلاقة الأسـرية؟! والأهـم من ذلك: كيف السبيل إلى إصلاح الخلل وإحياء العلاقة من جديد؟.

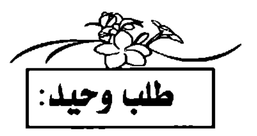
هيا بنا نجلس ساعة:

إن الحياة الزوجية شركة قائمة على أسس ومبادئ، تسعى إلى إقرار الهدوء والسكينة والاستقرار، وأهم هذه الأسس **التفاهم والتحاور** .

ويعد الحوار الزوجي من أهم مقومات نجاح الـزواج، إذ بـه تتقـارب وجهات النظر، وتتسع المفـاهيم والمـدركات، وهـو وسـيلة ناجحـة للتعـبير والتنفيس الفكري والانفعالي. كما أن الحوار في حد ذاته كسمة مـن سمـات الحضارة يحتاج إلى مبادئ وأسس، ليصبح نافعاً ومفيداً، فهو يتطلب الاحـترام والاستعداد وحسن الإنصات والتفـاهم والرضـى والقـدرة علـى التوصـيل، وعلى الزوجين اتباع تلك المبادئ، ليتم التفاهم والمحبة والتسامح .

والحوار أيضاً وسيلة لحياة زوجية سعيدة، كما أنه هدف من أهـدافها في نفس الوقت، وأفضل الوسائل للوصول إلى ما تريدين هو الحوار.





طلب وحيد:

وقد طلبت من زوجين بينهما خلاف مستمر طلباً واحداً، هو أن يتنازل كل واحد منهما عن كل شروطه وطلباته أمام تحقيق هذا الطلب الواحد، وهو الحوار .

فلما سألاني عن معنى الحوار الذي أقصد، قلت لهما: **ان يحاول كل واحد منكما أن يستمر الحوار بينكما .**

قالا: كيف؟

قلت: **هناك لغة مدمرة للحوار، وهي قائمة على الاتهام المستمر، ومحاولة الحصول على وثيقة تدمغ الآخر بالخطأ .**



ولكن الحوار الذي نريده بين الزوجين قائم على الاستمرار والتغافر، لا التنافر .

قالا: تعني أن نتعاتب؟ قلت لهما: لا، بل نتغافر .

فالعتاب معناه أن يقول كل واحد للآخـر: أنـت فعلـت كـذا وكـذا، فعليك الاعتذار، أما التغافر فمعناه أن يسامح كل طرف الآخـر، ويـسقط من ذاكرته هفواته .

كما يقول الشاعر:

من اليوم تعارفنـا ونطوي ما جرى منـا
ولا قلنا ولا قالـوا ولا كنتـم ولا كنـا
وإن كـان ولابـد من العتب فبالحسـنى

الإبحار في الحوار:

والمصارحة مطلب حياتيّ في جميع مجـالات الحيـاة، وليـست مقتـصرة فقط على الأزواج، ولكنها من أهم دعـائم الأسـرة الـسعيدة، فلابـد مـن المصارحة بين الزوجين، وتعليمهـا لـلأولاد، ولكـن مـن أهـم مـشكلات المصارحة **عدم وجود من يحسن الاستماع**، فالكل مشغول بالحياة بما فيها مـن مشكلات وأعباء، كلنا يقول: «**تكفيني مشكلاتي وهمومي ولا أودُّ الزيادة**» . فمن منا يستطيع أن يعيش بمفرده دون أن يطلق العنان لنفسه أن يتحدث للآخرين بصراحة؟ **كل منا يحب أن يكون له رفيق مصارحة..**

ولكننا نخشى دائماً أن نصارح أحداً، فيفضح أسرارنا .

وحَرِيٌّ بالزوجة أن توفر لزوجها هذا الرفيقالحاور في نفسها، وتجعل من المصارحة سفينة للإبحار في الحوار الهادئ .

مشاعر أم وقائع...

وهناك فرق بين المصارحة بالمشاعر، والمصارحة بالوقائع والأحداث .

والمصارحة بالمشاعر لا تحتاج أحياناً إلى الكلام والألفاظ، فهي تظهر في لمسة يد، أو في تعبير على الوجه ..

أما المصارحة بالوقائع فمهمة في أمور كثيرة مثل:

١- **في الأمور المادية**: فلابد أن تصارح الزوجة زوجها باحتياجاتها المادية، وأن تضبط هذا الأمر معه من البداية، ويكون هناك نوع من الوقفات للمراجعة .

٢- **العلاقات الإنسانية**: يجب على الزوجة أن تصارح زوجها بطبيعة العلاقة بينهما، وما تحب أن تتعامل به، وما لا تحب، وتسأله عن ذلك بالنسبة له، حتى لا يحرج بعضهما الآخر دون أن يدري .





عشر خطوات لمصارحة سهلة ومقبولة:

وقبل أن نؤمن بالمصارحة يجب – أولاً – أن نغيِّر بعضاً من عاداتنا، ونُقْدِم على خطوات أولية لها؛ لأن الصراحة ثقيلة أحياناً، وليست سهلة، فيجب التمهيد لها بتخفيفها وكثيرًا ما يرفض الإنسان أن يواجهه آخر بصراحة.

ولكي تتهيأ الزوجة للمصارحة ندرج لها هنا (١٠) خطوات، بها تصبح المصارحة سهلة ومقبولة:

١ـ التمييز بين الخطأ والإنسان:

فإذا تصرف إنسان في موقف معين بطريقة لا تُرضي، فلا تقول له: «أنت غشيم» أو: «لا تفهم» .. فهذا سَبٌّ لشخصه، ولكن تقول: إن هذا الموقف خطأ .. أو: لم تكن مُوَفَّقاً فيه .

٢ ـ الموضوعية:

يجب أن لا يحدث الخلط بين ما حدث في الوقت الحاضر، وبين ما حدث في الزمن الماضي، كأن يحدث خطأ بسيط من الزوج، فتنهال عليه الزوجة لوماً، بأنه ومنذ زمن حدث كذا وكذا منه، ولكن عليها بالموضوعية في التعامل مع الموقف نفسه .

٣ ـ اختيار الكلمات:

الأسلوب أو انتقاء الكلمات سلاح ذو حدين: إما أن يزيد المشكلة اشتعالاً أو يقضي على الخلاف قبل تفاقمه، إذن فالوضوح مطلوب،



وتجنب الغموض أيضاً مطلوب في المصارحة، فعلى الزوجة ألا تحوِّر الكلمات، ولكن تحدد عباراتها، فهو أجدى للمصارحة .

٤ ـ اختيار الأسلوب الهادئ المباشر:

الصوت مهم في المصارحة، فالأفضل أن يكون هادئاً؛ لأن ارتفاع الصوت يظهر الغضب، ويقطع الحوار، وكذلك إشارات الأيدي بانفعال .

٥ ـ التجزئة في المصارحة:

لا تلقي كل عيوبه في وجهه مرة واحدة؛ ولكن يكفي عيباً كل شهر مثلاً .

٦ـ اختيار الوقت المناسب:

أنسب وقت للمصارحة متى كان الطرفان هادئين، فإذا كان أحدهما متوتراً فلن تكون هناك مصارحة بينهما، واحذري تصفية الحساب في غرفة النوم؛ فإن ذلك يشعر الزوج بأنه نوع من الابتزاز المرفوض وليست مصارحة .

٧ـ على انفراد:

احذري مخاطبة الزوج عن نقص أو خطأ فيه أمام الأهل أو الآخرين أو حتى الأبناء؛ لأن هذا الأسلوب يحدث شرخاً في العلاقة الزوجية، ولكن الانفراد للمصارحة أفضل وأسلم .

٨ـ البدء بالإيجابيات قبل السلبيات:

لا تذكري السلبيات في بداية الحوار، وليكن الحديث عن الجانب الإيجابي أولاً، فهذا يمهد لسماع الجانب السلبي .

٩ـ عدم التسويف:

هنا يأتي سؤال:

متى أصارح زوجي ؟

الإجابة..

لا تؤجلي المصارحة إلى وقت بعينه حتى لا تثبت العادات التي تكرهينها وتتراكم الأمور المرفوضة فتسبب لكي ألم مستمر؛ ولكن سارعي بلفت النظر برقة وإظهار الرفض بشكل يفهمه .

١٠ـ أن تكون متبادلة:

أي لابد أن يكون جميع أفراد الأسرة متحلين بالمصارحة وإدارة الحوار والنقاشات؛ فليس من الطبيعي أن يوجد في الأسرة فرد واحد فقط صريح.

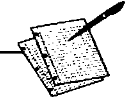
قتلة الحوار...

والآن – عزيزتي الزوجة – انظري إلى هذه الحالات الحوارية، وتعرفي على طرق قتل الحوار وتعلمي منها.



كيف تضيئين الطريق أمام حوار يمشي الهوينى، ثابت الخطا على مدارج القلوب والعقول؟

اختاري الآن أفضل الردود من وجهة نظرك، ليستمر الحوار



حالة ١: الترقية

الزوج في جلسة استغراق، ينتبه فجأة ويقول لزوجته الجالسة في استرخاء:

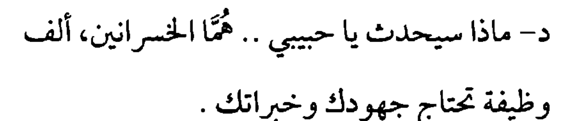
- نورا، ماذا أفعل لو لم يختاروني في الترقية الجديدة في العمل؟ ألست كفءً لهذه الدرجة .

ترد نورا بأحد الردود التالية:

أ- يا خبر، لازم يختاروك، إحنا في أشد الحاجة لزيادة المرتب .

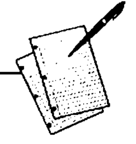
ب- يختاروك؟! أنت فلان الفلاني ابن المدير علشان يختاروك .

ج- يا حبيبي دي عايزة كفاءة خاصة !!



د- ماذا سيحدث يا حبيبي .. هُمَّا الخسرانين، ألف وظيفة تحتاج جهودك وخبراتك .





حالة ٢ : شبعت

أحمد بعد عودته من الشغل بيحكي لزوجته إيمان عـن بعـض مـا لاقاه في العمل، وإيمان ترتب الغداء على مائدة الطعام .

أحمد: شفتي يا ستي اللي حصل النهارده ... المدير عجبـه قـوي المشروع الجديد اللي عامله أنا وزملائي .

إيمان: أما أنا بقـى عملالـك حتـة مـشروع، مـشروع بطـاطس باللحمة المفرومة .

ينظر أحمد إليها في ضيق، وهي تذهب وتحضر الغداء .

أحمد: ما أنا شامم ... كنت بأقول إيه ... آه، وقرر يـا سـتي إنـه يبحث الموضوع مـع رئـيس مجلـس الإدارة في الاجـتماع الـشهر ده، ادعي لي ربنا يسهل ويوافق، دي ها تبقى خبطة العمر يا إيمان .

إيمان: كويس عشان عندنا شـوية حاجـات عـايزين نجيبهـا في البيت مهمة .. على فكرة ابنك جايب درجات وحـشة قـوي الـشهر ده، والمدرس بتاعه عايزك تروح ضروري تقابله بكرة، ياللا خلاص الغدا جاهز .

أحمد: بصراحة أنا شبعت .



كيف ننمي الحوار الزوجي؟

اقرائي التعليمات التالية وحاولي مراجعتها في سلوكك الحواري مع زوجك...

١- الإنصات وليس الاستماع هو أساس الحوار:

ويمكنك تحقيق ذلك بالتالي:

أ- واجهي شريك الحياة بشجاعة، وحققي التواصل بالحوار قدر الإمكان .

ب- عززي الحوار عن طريق الابتسامة، وهز الرأس «بالإيجاب» .

ج- لا تقاطعي وانتظري حتى ينتهي شريكك من الحديث، وتذكري الفرق بين الإنصات والاستماع .

د- استخدمي طريقة السؤال المركب: اسألي السؤال، ثم شكّلي السؤال الآخر بناء على الإجابة .

هـ - استخدمي التعليقات أثناء الحوار، مثل: «إزاي»، كيف، أين، متى، بدل استخدام كلمة لماذا، «ليه» .

و- ليكن الهدف من الحوار هو الفهم العميق للطرف الآخر ورأيه، وليس المعاتبة والاستجواب .

كيف ننمي الحوار الزوجي؟
١- الإنصات وليس الإستماع.
٢- كوني مسئولة عن عباراتك.
٣- استخدمي الطلب البناء.
٤- اشكري شريكك.
٥- التشجيع وإظهار السعادة.
٦- اعيدي صياغة ما سمعته.

ز- تأكدي من عدم إصدار أحكام وقت إنصاتك لشريكك .

٢- كوني مسئولة عن عباراتك:

وذلك بالبدء بـ «أنا»، وليس «أنت»، والأفضل أن تكرري الضمير «نحن» في أكثر من موقف، لإشعار الزوج بالمشاركة والتداخل .

٣- استخدمي الطلب البنَّاء أثناء الحوار عن طريق: أنا – أشعر – أريد – أتمنى .

٤- اشكري شريكك على كل الأعمال التي قدمها لكِ، واعلمي أن مفتاح قلب الرجل: الشكر والاعتراف بالجميل .

٥- التشجيع وإظهار السعادة عند طرح الموضوع يخففان من حدة النقاش .

٦- أعيدي صياغة ما سمعتِه من شريكك للتأكد من دقة فهمك للرسالة التي استقبلتِها .





أسرع وسائل تدمير الحوار بينكما

١- تظاهري بمعرفتك بما سيقوله، أو يفكر فيه قبل التلفظ به.

٢- تحدثي عن أخبار الجو والمطر !

٣- عاتبي زوجك على كل مشكلة مهما صغرت !

٤- تجنبي التحدث عن المشاعر الإيجابية تجاه زوجك !

٥- عند الخلاف لا تنسي استحضار خلافات سابقة لم تحل !

٦- عند رؤية الخطأ لا تترددي في إصلاحه عند وقوعه !

٧- لا تناقشي زوجك إلا عندما تكون روحك المعنوية منخفضة !

٨- صححي لزوجك كلماته الخاطئة أولاً بأول !

٩- لا تناقشي زوجك إلا أمام أهلك أو أهله !

١٠- صارحي زوجك بكل عيوبه مرة واحدة !

١١- استمري في نقاشك، حتَّى وإن رأيت الغضب على وجه زوجك !

مقياس للحوار:

إذا استطعتِ أن ترصدي النقاط التالية في علاقتك مع زوجك، فسوف يكون لديك مقياس للحوار بينكما.

١ - **أنت تؤمنين أن الحوار هو لغة العصر،** وأهميته تعلو بين الزوجين المشتركين في كل أجزاء الحياة. ولذلك **فإنك تؤمنين أن الحوار شرط أساسي للتفاهم والسعادة الأسرية.**

٢ - **أنت ترين** أن جلسات الحوار الزوجي تتم في حياتك بالشكل الذي تتمنينه، ويحقق رضاك .

٣- برغم انشغالك الشديد، والمسئوليات الملقاة عليك، فإن قدرتك على التحمل عالية، **ورغبتك في وجود جو الحوار والتفاهم قوية،** كما أن لديك سمة تكرار الحديث وتنويعه، للوصول إلى الحل، ولذلك فإنك لا تعانين غالباً من مشكلة توفر الأوقات والأجواء المناسبة لجلسات الحوار، بل تذللين هاتين المشكلتين من أجل الحوار .

٤- في الغالب - **جلسات الحوار بينكما تسير دون معوقات،** حيث إنك تتحكمين في حالتك المزاجية، ولا تتميزين بتعصب في الرأي، يجعلك تحتاجين إلى استعداد نفسي ولفظي قبل بدء الحوار، بجانب أن الطرف الآخر محاور سهل .. لا عُقَد لديه .



٥- **لديك قدرة على تجاهل عثرات الطرف الآخـر**، وتقـدير ميزاتـه، فلذلك يعجبك أسلوبه في الحـوار، ممـا يجعـل طـرفي الحـوار علـى امتـداد مستمر .

٦- **لديك القدرة علـى ضـبط وقـت الحـوار**، وعـدم إمـلال الطـرف الآخر، وجذب انتباهه، فلذلك لا تلاحظين أنه لا يحسن الإنصات إليـك، و تلاحظين أنـه يعطيـك الانتبـاه الكامـل، وأن تقـديرك لمشاغله يجعلـك تضبطين الوقت اللازم لهذا الحوار، بحيـث يكـون كافيـاً لعـرض المـشكلة والتعامل معها، دون الدخول في ثرثرة.

وهكذا بإدراك أهمية المصارحة، واهتمامكما بإبقـاء الحـوار بينكمـا ومعرفة خطوات المصارحة الـسهلة المقبولـة.. واسـتعراض حـالات قتـل الحوار مع الزوج لتدركي وسائل تنمية هذا الحـوار وطـرق تـدميره أيـضًا وتثبيت مقياس نفسي لحوار في حياتك.

انتهينا من بناء الدعامة الثانية وننتقل إلى الدعامة الثالثة مـن دعـائم السعادة الزوجية **الإشباع العاطفي**.

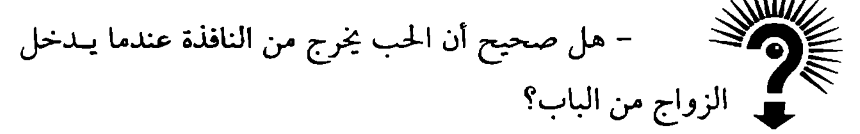


الدعامة الثالثة

الإشباع العاطفي
(الحب)



الـحـب



- هل صحيح أن الحب يخرج من النافذة عندما يـدخل الزواج من الباب؟

- هل صحيح أن الزواج يقتل أحلام الحب بالضربة القاضية؟

- وهل صحيح أيضاً أن الحب عمره قصير، وأن الزواج هـو شـهادة وفاته؟.

- ولماذا يتهم الزواج بأنه يفشل في الحفاظ علـى الحـب داخـل عُـش الزوجية؟.

- لماذا يحدث كل هذا داخل بيوتنا؟! .. أو على الأقل: لماذا نعتقد أن هذا هو ما يحدث؟!!!

- لماذا تراود الأزواج الظنون والأحاسيس بأن مشاعرهم الرومانـسية قد جفّت، وطاقتهم العاطفية قد نضبت؟

إذا كان من حق كـل إنـسان أن يلـتمس معـاني الحـب ومـشاعر العاطفة ممن حوله، فإنه من باب أولى أن يحقق ذاته، وينال إشباعه ويُرْضِي أعماقه من شريك حياته الذي اختاره من دون سائر البـشر: زوجـاً وسـكناً، ومودة ورحمة .



للإجابة على هذه التساؤلات ومسح كل علامات التعجب......

سوف ندخل هذه الحديقة الجميلة، ونعالج زهورها التي كادت تذبل، وجداولها التي كاد غناء خريرها يتوقف .

لابد أن يستيقظ الحب



بالحب المتدفق، والعاطفة الحميمة، والعلاقة الدافئة بين الزوجين ترفرف طيور السعادة، ومعها تهون كل المشكلات، وفيها تتزاحم معاني التضحية والإيثار، ومنها تتفجر ينابيع العطاء الإنساني اللامحدود .

إن تنوع الوسائل لتجديد هذا الحب .. هو بمنزلة التغذية ومن دون هذه التغذية يموت الحب.

فكل زواج يحتاج إلى العناية والاهتمام، تماماً كالنبتة الخضراء، قلة التغذية والإرواء تجعلها تجف وتموت حتى وإن بقيت غصناً يابساً واقفاً لا روح فيه .

إن جميع الزيجات - حتى أسعدها - تمر بمسارات مشحونة بالعوائق، مما يتطلب الحذر الشديد من أن تخلق هذه العوائق جوًّا من الفقر العاطفي بينكما.

حاول المشوار:

أقول لكل زوجة...

ابحثي عن وسائل كانت تقوي وتثير مشاعره الحميمة، وجدديها وابتكري فيها ومارسيها معه.

يجب أن يشعر شريك حياتك بأنه هو نور عينيك، والأول من حيث الأهمية في حياتك، تماماً كما كـان يـشعر بـذلك في بدايـة المـشوار، بكلمات الود الذ .. وعبارات رقيقة تَعَوَّد أن يـسمعها منـك يوميًّـا قبـل مغادرته المنزل .

أو قبل انتهاء مكالمة هاتفية غير متوقعة أثناء النهار .

أو قبيل النوم .

أو حين الاختلاء به لتبادل المعانقات بعد نهاية يوم مجهد .

أو عند الصباح قبل بدء رحلة العمل .

أو في لقاء جمعكما على مائدة الطعام .

أو أثناء نزهة قمتما بها سيراً على الأقدام في جو هادىء .

كوني مرحة واجعلي للضحك والمرح دوراً في حياتكما، واعلمي بأنه منشط للعلاقة الزوجية، ويقودها إلى النجاح، وليس من الممكـن تجاهلـه؛ لأنـه مبعـث للمـودة والألفـة، ويـشجع علـى الـتلامس وتبـادل الآراء والعواطف .

أقول لك:

اجعلي زوجك يبتسم حين يتذكر آخر لقاء بينكما.

الإجازة:

هل يمكن للإجازة أن تفعل مفعول السحر في حياتكما؟

نعم...

إذا خططت خلالها للوقت بحكمة؛ لأنكما تحتاجان إلى الابتعاد عن البيت للاسترخاء والاستجمام، وإراحة البال، إن من شأن ذلك أن يؤدي إلى الخروج من حلقة التوتر وروتين حياتكما اليومية، وينشط تفاهمكما معاً، ويرفع من معنوياتكما، ويصبح هناك مجال لاستئناف حياة زوجية جديدة بعد العودة إلى البيت.

حاولي التخطيط لرحلة قصيرة تقومان بها بعيداً عن المنزل والأولاد، ولو اقتصرت على الذهاب إلى إحدى الحدائق في المدينة نفسها التي تعيشان فيها .

رسالة غرام:

هل فكَّرتِ أن ترسلي لزوجك خطاب غرام، تبثين فيه أشواقك وغرامك وهيامك، أو حتى «كارتًا» رقيقاً عليه زهرات ندية .

قد تقول إحداكن: كيف أراسله وهو معي؟ أقول لكِ: ولم لا؟

الحقيقة أن هناك تقصيراً شديداً عند الزوجة في إسباغ كلمات الحب على زوجها، بل وتنتظر دائمًا أن يعبر هو عن حبه؟! وذلك إما خجلاً أو خوفاً .

على العموم هذه فكرة جديدة، لِمَ لا تنفذينها الآن؟!

وإليك نمـوذج خطـاب ترسـلينه لزوجـك، أو تـضعينه بـين أوراقـه، ليصافح عينيه كأنه ابتسامة رقيقة منك تلازمه في أي مكان:

زوجي الغالي
انا احبك

لن أنسى أنك أخترتني من بين كل نساء الأرض زوجة لك .. وستبقى ما حييت تاج رأسي.. وحبيب عمري ..

حبيبي...

أكتـــب إليـــك بخـــط يـــدي ..

كلمـــات هـــي نبـــض قلـــبي ..

فـــأنصت إليـــها بقلبـــك ...

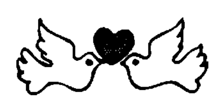
زوجي الحبيب .. يمكنك ان تكتب ردك هنا..

....

....

....

زوجتـك المحبـة





وحتى يستيقظ الحب......

تذكري...

١- ما كان يقوى مشاعر الحب في أول المشوار .

٢- كلمات الود الدافئة .

٣- العناق والملامسة المستمرة، وخاصة عند الوداع واللقاء .

٤- الضحك والمرح .

٥- خططي للإجازة جيداً، وتعاوني على نجاحها .

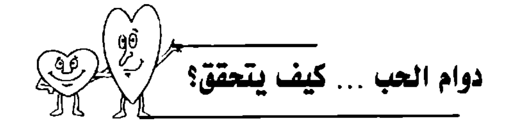
٦- ابتكري في التعبير عن الحب، كإرسال خطاب غرامي مثلاً

٧- ارتدي له، وتعطَّري له، وغَنِّي له .

٨- تهادوا تحابوا .

٩- املئي كيانك بأنك تحبينه .

١٠- الاجتماع على طاعة الله.



دوام الحب ... كيف يتحقق؟

لا زال المحور الذي يدور حوله هـذا الكتـاب هـو قولـه ﷻ: ﴿ وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم : ٢١] .

والمتدبر في هذه الآية الكريمة يلمس أنها شملت معـان كـثيرة للحيـاة العاطفية بين الزوج والزوجة، تبدو في مثلث السعادة الـذي ذكرنـاه مـن قبل.

واول معنى تضمنته هو:

سكينة النفس التي إذا توفرت بعثـت علـى البهجـة والفـرح، وأدت إلى تمتع الفرد بصحة نفسية تساعده علـى الإقبـال علـى أمـور الحيـاة، وتخطـي صعابها، فيبدع الرجل في عمله، وتحسن الأم تربية صغارها، وتقدم الأسـرة للمجتمع جيلاً من الأبناء يفخر بهم بلدهم كما يفخر بهم والداهم.

أما **المودة والرحمة** المستمدان من أسماء الله الحسنى «**الودود والرحمن**» فهما أجمل ما في الارتباط من معانٍ، وأهم تأثير لهما في النفس البشرية هو رفع الروح المعنوية.

وهذه المعاني الجميلة هي الأهداف الأساسية للحياة الزوجيـة، والـتي بدونها لا تستقر أمور الأسر، ولا يستمر بقاء الإنسان على وجه الأرض .



الحب الأعمى...

تقول إيفيلين ميليسوفال في كتابها «**كيف تبني حياتك الزوجية؟**»:

«الحب الذي تصوره لنا القصص ما هو إلا نسيج الأحلام، إنه ينشأ عن الآمال والتصورات، إنه يجعل الفتاة ترى فيمن يحب صورة للرجل المثالي التي لا يمكن أن يحياها الإنسان في عالم الواقع، والحقائق تقف حجر عثرة في سبيله، ومن أجل ذلك كان هذا الحب أعمى» .

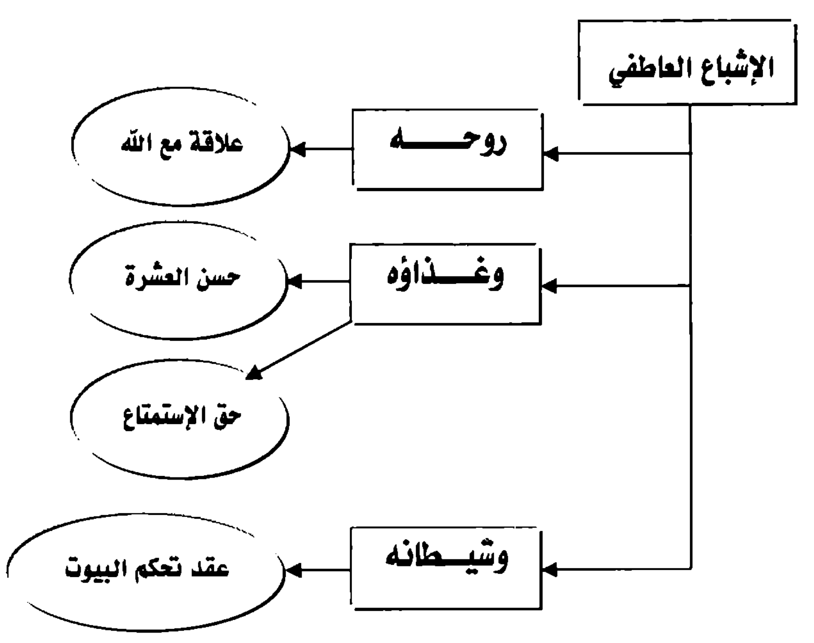
إنك عندما تفكرين في الزواج، عليك أن تميزي بين ما هو خيالي في الحب، وما هو حقيقي .

فالحب الحقيقي ينمو بين الزوجين على مرِّ الأيام، وتدعمه العِشْرة والصحبة، إنه يحل تدريجيًّا محل الحب الخيالي، كلما ازدادت العِشْرة والصحبة، وليس معنى ذلك أنه لا يصح الزواج بين غير المتحابين، فإن الحب غالبًا ما يتولد بعد الزواج، نتيجة تبادل المودة، وحسن التفاهم، والمعاملة الطيبة، وإنكار الذات .



محاور الإشباع العاطفي:

ولذلك نقول إن:



المحور الأول «مع الله»:



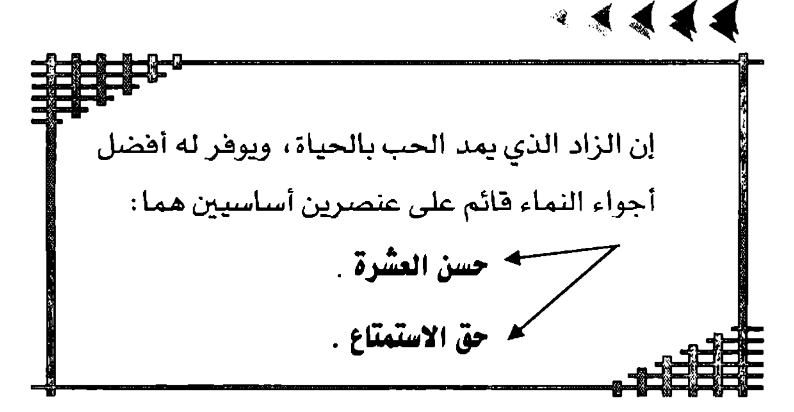
فالله ﷻ هو الذي **جعل بينكم مودة ورحمة**، فحسن الصلة بالله أساس لتعميق الحب بين الزوجين، «وإذا أحب الله عبده أمر أهل السموات



والأرض أن يحبوه»[1]، والدعاء للزوج بظاهر الغيب أفضل السبل لجلب حبه.

المحور الثاني «حسن العشرة»:





ويتعلق حسن العشرة بالصلات التبادلية بين الزوجين: اللفظي منها والفعلي، ومؤداها أن يحاول كل منهما التآخي، والتآلف، والتقارب، والتفاهم، وبناء العلاقات الطيبة بينه وبين شريك حياته .

المحور الثالث: «حق الاستمتاع»:



وهذا الحق جزء لا يتجزأ من حسن العشرة، فالمقصود بالاستمتاع: هو التمتع بالعلاقة الزوجية، وهو حق مشترك بين الزوجين .

---

(١) رواه البخاري: (كتاب) الأدب، (باب) المقةِ من الله، رقم (٥٥٨٠)، ومسلم: (كتاب) البر والصلة، باب إذا أحب الله عبدًا حببه إلى عباده رقم (٤٧٧٢).

ولذلك دعا الرسول الكريم ﷺ الزوجة إلى عدم منع زوجها من الاستمتاع بها .

وفي العصر الحديث يؤكد «**وليام كلاسر**» وهو أحد علماء الإرشاد النفسي على أن المتعة والمرح من الحاجات النفسية الأساسية، التي لو افتقدها المرء اختل توازنه .

وأخيرًا لو أعطي كل شريك شريكه حقه، وأحسن عشرته، وكان سببًا في متعته، لدامت العشرة مشبوبة بالمحبة على مر السنين .

أما المحور الرابع:

فهو مجموعة من العُقَد لو تمكنت الزوجة من التخلص منها لصفا لها ذلك الحب، وسميناها: **عُقَد تحكُّم البيوت** .

معاني وعجباني:

ولكي تتعرفي على مستوى هذه المحاور في حياتك، إليك هذه الكلمات الخاطفة السريعة التي تحتاج منك سرعة الإجابة:

لا تفكري كثيراً ...

فقط اكتبي أول ما يخطر على بالك ...

وقبل أن تبدأي الأختبارأمامك ٧ اختيارات أحب أن أوضحها لكِ:



١ـ لا أعرف معناها:

أي أن هذه الكلمة إما أنك لا تعرفين المقصود منها، حيث إنها لم تمر عليك من قبل في حياتك الزوجية، أو أنها ليست في قاموسك الزوجي .

٢ـ أعرف معناها .. ولا تعجبني:

هو تسجيل لعدم اقتناعك بهذه الكلمة برغم معرفتك لمعناها، وعلى هذا فأنت لا تنفذين معناها في حياتك .

٣ـ تعجبني .. ولا أعمل بها:

هذه الكلمة معلومة وواضحة لديك تماماً، بل وأنت معجبة بها كقيمة وشعار، ولكنها لا تتعدى مرحلة الإعجاب والشعارات إلى العمل والتنفيذ في حياتك، وذلك لأي سبب إما كسلاً أو كِبْراً أو بسبب الطرف الآخر .

٤ـ أعمل بها:

لقد تعديتِ مرحلة الإعجاب إلى مرحلة العمل بالمعنى الذي تفهمينه لهذه الكلمة، ومستوى العمل متدرج في أربعة اختيارات، فقد يكون:

- **أعمل بها نادراً .**
- **أعمل بها أحياناً.**
- **أعمل بها غالباً.**
- **أعمل بها دائماً.**

إذن فأنت ستختارين اختيارًا واحداً من الاختيارات السبعة السـابقة، لنرى أى هذه المعاني ستقولين عنها: إنها **معاني وعجباني** .

ثم سجلي إجاباتك في المربعات الأربعة على ورقة **مقياس الإشباع العاطفي** التالية للاختبار .



اختبار...

معاني وعجباني

عزيزتي الزوجة: هذه كلمات لها معان، ما موقعها في حياتك الزوجية؟

الكلمات	لا أعرف معناها	أعرف معناها ولا تعجبني	تعجبني ولا أعمل بها	أعمل بها			
				نادرًا	أحيانًا	غالبًا	دائمًا
١- التضحية							
٢- التفاهم							
٣- الدلال							
٤- يا (سي السيد)							
٥- صوم السنن بإذنه							
٦- الإطعام في الفم							
٧- الأنوثة							
٨- فلوسي وفلوسك							
٩- نضحت في وجهه الماء							
١٠- لا يغمض جفني بنوم							
١١- ليلة الجمعة							
١٢- أمك .. أمك							
١٣- الدعاء							

الكلمات	لا أعرف معناها	أعرف معناها ولا تعجبني	تعجبني ولا أعمل بها	أعمل بها: نادرًا	أحيانًا	غالبًا	دائمًا
١٤- المدح التفصيلي							
١٥- اللمسات الحانية							
١٦- تقبيل اليد							
١٧- اللهم اغفر لزوجي							
١٨- التسامح							
١٩- مفاتيح حجرة النوم							
٢٠- لست خادمتك							
٢١- هو جنتي وناري							
٢٢- تهادوا تحابوا							
٢٣- رائحة الثوب والسرير							
٢٤- ابن أمك							
٢٥- رضى والحمد لله							
٢٦- الصوت العالي							
٢٧- النظافة الداخلية							
٢٨- أنا حرة							
٢٩- قيام الليل معاً							



الكلمــــات	لا أعرف معناها	أعرف معناها ولا تعجبني	تعجبني ولا أعمل بها	أعمــل بهـــا			
٣٠- إن كنت راجل...							
٣١- لباس لكم.							
٣٢- قوامون							
٣٣- جلسات القرآن معه							
٣٤- الخروج معاً							
٣٥- يا حبيببي							
٣٦- كرامتي							
٣٧- الاستئذان							
٣٨- الصمت							
٣٩- حديث الوسادة							
٤٠- شدة الغيرة							



مقياس الأشباع العاطفي

سجلي إجابتك هنا لتعرفي درجاتك في كل محور:

١ـ مع الله

العبارة	لا أعرف معناه	أعرف معناه ولا تعجبني	تعجبني ولا أعمل بها	أعمل بها			
				نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
١	.	.	١	٢	٢	٥	٧
[illegible]	.	.		١	٢	٥	٧
٩	.	.	٢	٤	٥	٦	٧
١٣	.	.	١	١	٢	٥	٧
١٧	.	.	١	٢	٣	٥	٧
٢١	.	.	.	١	٢	٤	٧
٢٥	.	.	.	١	٢	٤	٧
٢٩	.	.	٢	٣	٤	٥	٧
٣٣		.	١	٢	٣	٥	٧
٣٧	.	.		١	٢	١	٧
المجموع							

٢ـ حسن العشرة

العبارة	لا أعرف معناها	أعرف معناها ولا تعجبني	تعجبني ولا أعمل بها	أعمل بها			
				نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
٢	.	.	١	٢	٣	٥	٧
٦	.	.	.	١	٢	٥	٧
١٠	.	.	٢	٤	٥	٦	٧
١٤	.	.	١	١	٢	٦	٧
١٨	.	.	١	٢	٣	٥	٧
٢٢	.	.	.	١	٢	٥	٧
٢٦	٧		.	١	٢	.	.
٣٠	.	.	٢	٣	٤	.	.
٣٤	.	.	١	٢	٣	٥	٧
٣٨	.	.	.	١	٢	٥	٧
المجموع							

٣ـ حق الإستمتاع

العبارة	لا أعرف معناها	أعرف معناها ولا تعجبني	تعجبني ولا أعمل بها	أعمل بها			
				نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
٣			١	٢	٢	٥	٧
٧			١	٢	٢	٥	٧
١١		.	١	٢	٣	٥	٧
١٥	.	.	١	٢	٣	٥	٧
١٩	.	.	١	٢	٣	٥	٧
٢٣	.	.	.	٢	٣	٥	٧
٢٧	.		.	.	١	٣	٧
٣١	.	.	١	١	٢	٥	٧
٣٥	.	.	١	١	٢	٥	٧
٣٩	.	.	١	٢	٣	٥	٧
المجموع							

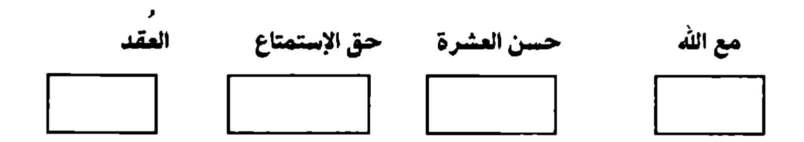
٤ـ عقد تحكم البيوت

العبارة	لا أعرف معناها	أعرف معناها ولا تعجبني	تعجبني ولا أعمل بها	أعمل بها			
				نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
٤	٧	٧	٥	١	١	.	.
٨	٧	٧	٥	٤	٣	١	.
١٢	٧	٧	٥	٣	١٢	.	.
١٦	.	.	٢	٣	٤	٦	٧
٢٠	٧	٧	٤	١	.	.	.
٢٤	٧	٧	٤	.	.	.	.
٢٨	٧	٧	١	.	.	.	.
٣٢	.	.	.	.	.	٢	٧
٣٦	٧	٧	٥	١	.	.	.
	٧	٧	٥	٣	٢	.	.
المجموع							

النتائج...

أولا: المحاور الأربعة:

ضعي مجموع كل محور من المحاور الأربعة هنا:



وهذا هو مستوى الإشباع العاطفي لكل محور من المحاور الأربعة في بيتك .

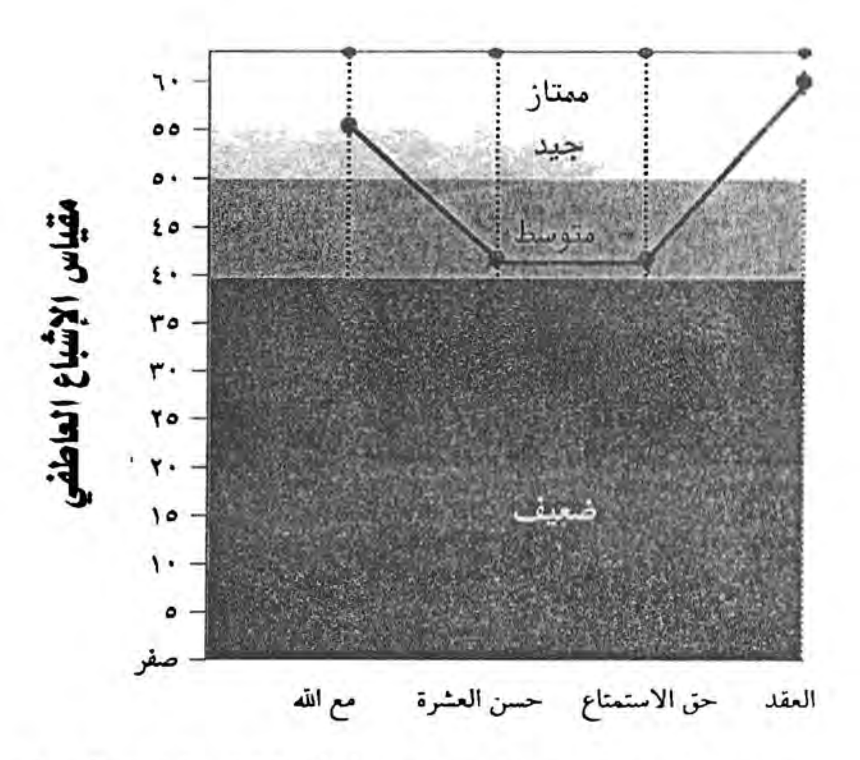
أكثر من ٥٥ ← ممتاز.

من ٥٠ : ٥٥ ← جيد.

من ٤٠ : ٥٠ ← متوسط.

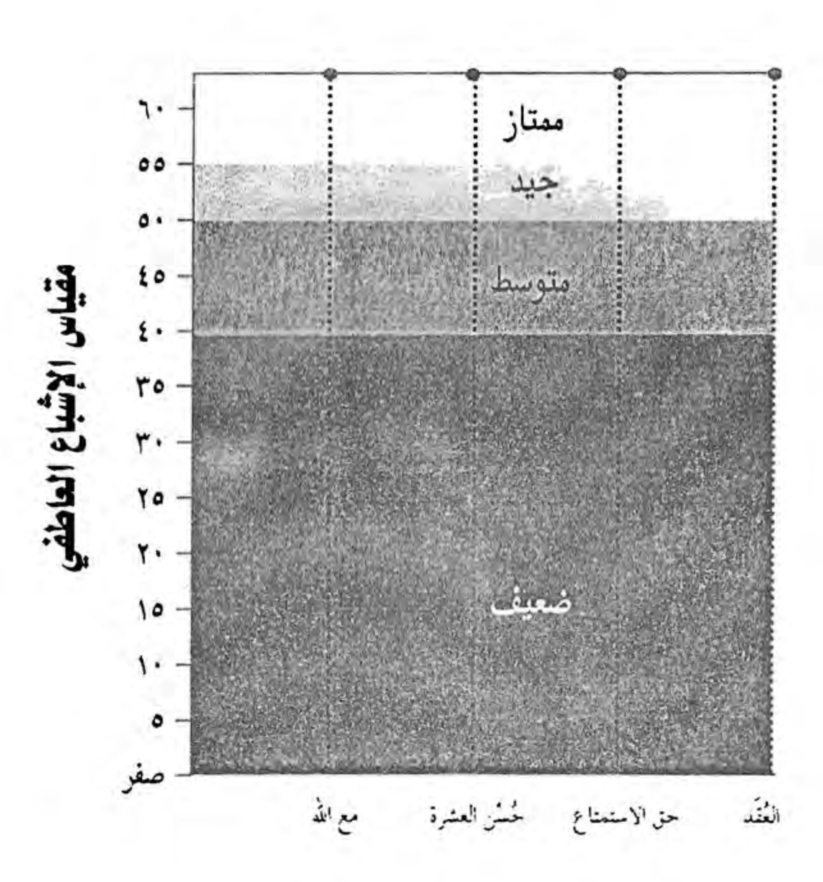
أقل من ٤٠ ← ضعيف وأخشى أن يطير الحب.

والآن سجلي الدرجات على منحى الحب ليتبين لك.. أين الخلل؟



وكلما استقام المنحنى واقترب من خط القمة كلما كانت السعادة الزوجية في حياتك في أوجها، أما إذا انحرف المنحنى فانظري إلى مكان الهبوط، وعندها ستعرفين المحور المؤثر في عدم بلوغكما قمة السعادة، فابدئي في العلاج.

منحنى الحب


ممتاز
جيد
متوسط
ضعيف
مقياس الإشباع العاطفي
٦٠
٥٥
٥٠
٤٥
٤٠
٣٥
٣٠
٢٥
٢٠
١٥
١٠
٥
صفر
العَقد
حق الاستمتاع
حُسْن العشرة
مع الله

ثانيًا: مستوى الإشباع العاطفي

اجمعي درجات المحاور الأربعة، وقارني النتيجة بالجدول التالي لتتعرفي على نفسك كزوجة وعلى مستوى الإشباع العاطفي في بيتك...

المجموع الكلي = ☐

أكثر من ٢٢٥	أنت في البيت السعيد خير راعية .. وأرق حبيبة، وأعقل مستشار.
من ٢٠٠ إلى ٢٢٥	لا تتركي الهفوات تعكر عين الحب الصافية.
من ١٧٠ إلى ٢٠٠	احذري أن تذبل أزهار الحب، وتعلّمي كيف ترعينها؟ راجعي المحاور الأربعة للإشباع العاطفي لتعرفي أين الخلل؟ وتعالجينه.
أقل من ١٧٠	راجعي نفسك. راجعي نفسك. راجعي نفسك. **قبل ..... الانفجار**

الوصايا العشر

حتى لا يطير الحب

من أهم أركان السعادة الزوجية **الحب والتفاهم والاحترام**، فهي أشرعة البيت المتينة التي تحفظ سفينة الزواج من الغرق عندما يثور بحر المشكلات والخلافات، ولكن ما من بيت يخلو من مشكلات مهما صغرت، أو كبرت خاصة مع تبعات الحياة الزوجية ومسئولياتها – وغالباً ما يترك ذلك نوعاً من الفتور والبرود الذي قد يهدد استقرار الأسرة، لذا على الزوجين مسئولية مشتركة للحفاظ على دفء العواطف والحب بينهما لضمان استمرار واستقرار الحياة الزوجية.

والزوجة عليها العبء الأكبر في تجديد الحب، ولذلك نقدم لكِ عشر نصائح غالية تحافظين بها على الحب، حتى لا يطير من عشك:

١- لا تكثري من الطلبات، واعلمي أنك شريكته في تدبير الميزانية .

٢- لا لتدخُل الأهل والأصدقاء .

٣- الاحتفال بالمناسبات السعيدة .

٤- الكلمة الطيبة والهدوء .

٥- لابد من المصارحة والمكاشفة أولاً بأول .

٦- الرحلات والسفر، والإعداد الجيد المشترك له .

٧- أن تقومي بالتغيير في طريقة ملبسك وزينتك، ومواعيد الأكل ونوعه، وإبداعك في ترتيب الأثاث أو الديكور .

٨- تتجدد الحياة الزوجية مع عودة الزوج المسافر في عمل أو غيره، فأعدى له استقبالاً مختلفاً كل مرة.

٩- الزوجة عليها العبء الأكبر في أن تمتص غضب زوجها ولا تُحَمِّله أكثر من طاقته، خاصة مع ظروفه الصعبة، وتحاول أن تهدىء من المشكلات إذا حدثت .

١٠- العواطف تفتر، وعلى المرأة الذكية أن تبحث عن أساليب متنوعة في الحركة وفي النظر، وفي الملبس.

وهذا يحتاج إلى جهد .. والله المستعان .

وعشر أخرى ليبقى الحب

١- التفاهم.	٢- التضحية .
٣- التودد.	٤- بر أهل الزوج .
٥- حفظ أسرار البيت.	٦- المدح والثناء.
٧- التسامح.	٨- التهادي.
٩- التوافق الحسي.	١٠- الخروج معاً .



جربي ما ينفعك:

هذه الوصايا كلها لها أعظم الأثر في العلاقة بين الزوجين، والمحافظة على جمالها واستقرارها، وفي سبيل ذلك نلغي كلمات كثيرة مما نسمعها مثل: أرق، قلق، ضيق، كآبة، إحباط .. إلخ من مفردات سلبيات الأسر التي تخلو من الحب والود والرفق في المعاملة .

فليكن تعاونك مع زوجك لتوفير هذا الجوّ الإيجابي الخالي من المعوقات النفسية، سواء كانت مادية، أو اجتماعية، أو نفسية، فالحياة الزوجية الإيجابية هي التي تخلو من الأمراض النفسية، وحالات الانفعال الشديدة .

الحقيقة أن أمور السعادة والمحبة والمودة كثيرة، ولا تقف عند عدد معين من النصائح، ولكن هي تجارب قد تناسب أسرة، ولا تناسب غيرها، ولذا نقول:

> جَرِّبي ما ينفعك أنت وزوجك .
> وتذكري أن طريق السعادة الأسرية واضح وبَيِّن،
> ولكننا نحتاج إلى الحب والود حتى يستمر إلى آخر لحظة.



نبضات أنس

عزيزتـي الزوجـة... هـذه عشرون باقـة حـب تقـدمينها لزوجـك، فمـا الباقة التي تهتمين بها أكثر؟ وما درجة اهتمامك؟

م	بيـــــــــان	دائماً ٣	غالباً ٢	أحياناً ١	لا صفر
١	أستقبله على باب الشقة بالترحيب والأشواق .				
٢	أصطحبه إلى أن يجلس، ويغير ملابسه .				
٣	أطمئن على أحواله خلال اليوم .				
٤	أستمع إلى مشكلاته، وأشاركه في حلها، ولو بكلمة طية				
٥	أحاول تهدئته، وأضبط انفعالاتي، وإن كان مخطئًا .				
٦	لا أستفزه ولا أرد عليه إذا غضب .				
٧	أهييء له الفراش وأعطره .				
٨	أملأ البيت برائحة طيبة خاصة يوم إجازته .				
٩	لا أثقل عليه بكثرة الطلبات.				
١٠	أحفظه أثناء سفره في ماله وعياله وبيته				
١١	أخفف من حركة الأبناء أثناء وجوده وراحته .				
١٢	أتفنن في كسب قلب والديه، وأمدحه أمامهما.				
١٣	أكثر من الكلمات الجميلة: (يا حبيبي، ...)				

م	بيــــــــــان	دائماً ٣	غالباً ٢	أحياناً ١	لا صفر
١٤	أرتدي له أجمل الثياب، والتي يحب أن يراني بها .				
١٥	أكثر من الثناء على الأشياء التي يشتريها.				
١٦	أضع لمسة جميلة في البيت بين فترة وأخرى .				
١٧	آخذ رأيه في أموري (في الوقت الذي يناسبه) .				
١٨	أقبل رأسه بين فترة وأخرى، ولا أنام إلا وهو راضٍ عني				
١٩	أعد له الأكلات التي يحبها، وأحرص على تعلم الوجبات الجديدة.				
٢٠	أساعده في أموره، وأخفف عنه آلامه وهمومه .				

ما رأيك....

هذا الاستبيان من وجهة نظرك: (يمكن أن تُشيري إلى أكثر من اختيار).

١- ممكن، ولكن في أيام الزواج الأولى. ☐

٢- عندما يكون ذوق معايا ، ولم يغضبني. ☐

٣- شغل مراهقين. ☐

٤- أظن الرجالة ليسوا بهذه العقلية السطحية. ☐

٥- أنا أحبه .. أحبه .. أحبه .. فلم لا؟! ☐

مفتاح الاستبيان: أعطي درجة لكل إجابة، واجمعي كل عمود على حدة.

النتائج:

دائمًا	غالبًا	أحيانًا
من ٤٠ إلى ٦٠	من ٢٠ إلى ٤٠	من ١٠ إلى ٢٠
أظنك اخترت رقم (٥) كرأيك...	أظنك اخترت رقم (١) أو(٢) .. كرأيك	أظنك اخترت رقم (٤) واحتمال رقم (١).. كرأيك
هنيئاً لك ذلك الحب. وأظن زوجك يستحقه، وابحثي عن الباقات التي لم تقدمينها لزوجك في العمودين التاليين، وأجيبي عن هذا السؤال: لم لا نروي الزهور؟	ارتقعي بمستوى الحب في بيتك وحاولي دراسة المعوقات. وابدئي في الارتقاء بالمستوى، وابحثي عن الباقات الضائعة في العمود التالي.	أقول لك لا تتركي الزهر يذبل، انقلي هذه الباقات الذابلة من هذا العمود إلى السابق، فتنمو وتعود لها الحياة لتنعمي بالحب الذي ترغبين، واعلمي أن الكبر صفة غير محمودة ولا كرامة ولا حساسية بين الزوجين.

لا: أقل من ١٠.

أظنك اخترت رقم (٣).. (الله يكون في عونه!!!)..أرجوكي أعيدي قراءة هذا الكتاب واسألي الله التوفيق.

تذكري قول المصطفى ﷺ: «**فَإِنَّمَا هُوَ جَنَّتُكِ وَنَارُكِ**»[1].

(١) رواه الإمام أحمد في مسنده (كتاب) مسند الكوفيين (٣٨/ ٤٩١)، رقم (١٨٢٣٣)، وحسنه الإمام السيوطي.

الدعامة الرابعة



الرِّضى والواقعية
(الإستقرار)

عزيزتي كل زوجة...

إنَّ من أسباب تصدع الحياة الزوجية وجود مجموعة من التصورات المسبقة حول الزواج لا تكون في الغالب واقعية، إنما فيها الكثير من الرومانسيةتتكون قبل الزواج في الخيال الكثير من الأحلام عن صفات شريك الحياة.. والكثير من الأمنيات عن الجنة الزوجية، والكثير من اللهفات إلى عن العلاقات الملائكية؛ ولكن عندما تصطدم الزوجة بالواقع تجد أحيانًا العكس.

وعندما تبدأ عجلة الحياة في الدوران، يبدو الجانب الآخر من الحقيقة، فتحدث الصدمات المتتالية .. وتعود قصة «**اختلاف المنابع**» ترويها الأيام والليالي، وتستمر المعاناة حتى تستطيع أمواج الواقعية أن تجرف أمامها ورود الرومانسية الرقيقة، لتصبح ظلالاً جميلة على صفحة الحياة.

ونعود فنراجع ما تحدثنا عنه منذ البداية حول مراحل الزواج، وأنه كلما تعمقت جذور الزواج في الزمن كلما زاد تماسك أركانه، وحتى يتحقق ذلك نقول لكل زوجة **بعض الرضا الذي لا ينمو إلا في بيئة من الواقعية** ..

زوجك إنسان يخطئ ويصيب مثلك تمامًا فلا تنتظري منه أن يكون ملاكًا، وانظري إلى المرآة واسألي نفسك هل أنت لا تخطئين؟ هل تؤدين كل ما عليك؟ وأذكرك بالواقعية وتذكري له لحظات العطاء، واقرئي معنا هذه القصة:



العنب المر

كان لرجل حديقة مزروعة عنبًا، وكان يمر به صديق حميم في طريقه صباحًا ومساءً، **فقالت له زوجته يومًا**: ألا تدعو صديقك إلى عنقود عنب، فسارع الرجل في تنفيذ نصيحة زوجته، ودعاه إلى عنقود، وجلس الضيف ومرت عشرة أيام على ذلك، كل يوم يدعوه إلى عنقود، وفي اليوم التالي **قالت الزوجة**: إن من تمام إكرام الضيف أن تأكل معه حتى تشجعه على الاستزادة، فنفَّذ الرجل وصية امرأته، وغسل عدة عناقيد وقدمها لصاحبه، وجلس معه يشاركه الطعام، وصديقه يأكل مبتسمًا شاكرًا له.



وإذا بصاحب الحديقة يضع واحدة من العنب في فمه، فيصيح من مرارتها، ويلفظها قائلاً لصديقه: منذ متى تأكل من هذا العنب؟.

ابتسم له صديقه وقال: منذ أول يوم، فهاج صاحب العنب، وقال له: كيف؟ كيف تأكل منه وهو بمثل هذه المرارة؟ فقال له الصديق الوفي:

لقد أكلت من يديك حلوًا كثيرًا .. ألا أغفر لك بعض المر!!

تذكري....أن الرضا ينمو بتذكر حسنات الحبيب عندماتراودك نفسك أن تتذكري سيئاته.

الفصل الثالث

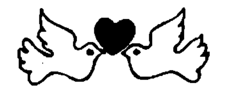
الدقائق الجميلة

- وفي بضع أحدكم صدقة.
- قطرات الندى.
- من المسؤول في غرفة النوم.
- لا تبخلي.
- أجلي وسوف يستجيب.
- اعرفي ماذا يريد

إن ميل الزوجين إلى المعاشرة الزوجية حاجة بشرية نفسية، وعبادة ربانية ينبغي أن تؤدى بإحسان يرضي النفس والطرف الآخر، وإن لم تكن كذلك، فإن الرغبات النفسية لا تشبع ولا تموت، بل تظل داخل النفس حية متوقدة تنتظر الفرج..

فعلى الرغم من أن المعاشرة بين الزوجين تشكل نسبة قليلة من وقت الزوجين ، إلا أنها قضية أساسية جوهرية في حياتهما لا ينبغي التقليل من قيمتها أو أن نعدها أمرًا ثانويًا...

فإن كثيرًا من الدراسات أثبتت أن نسبة كبيرة من حالات الطلاق كانت بسبب الفشل في إنجاح المعاشرة الزوجية.





وفي بضع أحدكم صدقة

الزوجة الفاضلة....قد تتعجبين من هذا العنوان.... والذي اشتهر أنه موجه للرجل ...فكيف نجعله عنوان في جزء خاص بالزوجة؟!

أقول لكِ....

إن المباشرة الزوجية ليست فقط من أجل التناسل، وطلب الذرية، بل هي مشروعة للاستمتاع الطيب، وهذا أمر مشروع، بل سنة من سنن رسولنا ﷺ، وكذلك هو أمر مندوب إليه يؤجر فاعله في الحلال، فعن أبي ذر رضي الله عنه قال: إن ناسًا من أصحاب النبي ﷺ قالوا للنبي ﷺ:

يا رسول الله ذهب أهل الدثور بالأجور، يصلون كما نصلّي، ويصومون كما نصوم، ويتصدقون بفضول أموالهم.

قال: أوليس قد جعل الله ما تصدقون؟.

إن بكل تسبيحة صدقة، وبكل تكبيرة صدقة، وبكل تهليلة صدقة، ونهى عن المنكر صدقة، وفي بضع أحدكم صدقة.

قالوا: يا رسول الله يأتي أحدنا شهوته، ويكون له فيها أجر؟!

قال: أرأيتم لو وضعها في حرام، أكان عليه وزر؟

قالوا: بلى

قال: وكذلك: إذا وضعها في الحلال كان له فيها أجر.

يقول ابن القيم...

«ففي الاستمتاع الحلال كمال اللذة، وكمال الإحسان إلى الحبيب، وحصول الأجر، وثواب الصدقة، وفرح النفس، وذهاب أفكارها الرديئة عنها، وخفة الروح، وذهاب كثافتها وغلظها وخفة الجسم، واعتدال المزاج، وجلب الصحة، فإن صادف ذلك وجهًا طيبًا وخلقًا دمثًا وعشقًا وافرًا، ورغبة تامة واحتسابًا للثواب، فذلك هو كمال الإشباع، ولا سيما إذا وافقت كمالها، فإنها لا تكمل حتى يأخذ كل جزء من البدن بقسطه من اللذة، فتلذ العين بالنظر إلى المحبوب، والأذن بسماع كلامه، والأنف بشمِّ رائحته، والفم بتقبيله، واليد بلمسه، وتعكف كل جارحةٍ على ما تطلبه من لذتها، وتقابله من المحبوب، فإن فُقِدَ من ذلك شيء، لم تزل النفس متطلعة إليه، فلا تسكن كل السكون! ولذلك تسمى المرأة سكنًا، لسكون النفس إليها، وقال الله تعالى: ﴿ وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

وتمام النعمة في ذلك فرحة المحب برضاء ربه تعالى بذلك، واحتساب هذه اللذة عنده، ورجاء تثقيل ميزانه».

هل هذا الكلام الجميل موجه إلى الرجل فقط.. أم أنه يمكن أن يكون موجه إلى المرأة أيضًا؟

يمكنك أن تراجعي هذا المقال من أوله على أنه موجه إليك لتدركي أن قول رسول الله ﷺ: «**وفي بضع أحدكم صدقة**» موجه إليك أنتِ أيضًا.



قطرات الندى

إن أجمل ما في أوراق الأشجار في الصباح هي قطرات الندى التي تتلألأ تحت أشعة الشمس، وإن الشعور بالحياة ينبع من تلك القطرات المتحركة؛ ولذلك فإنه مما يجعل التواصل بين الزوجين حبًّا يفيض بالسعادة أن يبثا فيها تلك الحياة المتلألئة بقطرات الندى الصغيرة، ومن وسائلكِ لنثر هذه القطرات على صفحات حياتكم الحية:-

١ـ **إطالة فترة المداعبة والملاعبة:** التي تسبق الملامسة، ولكن ينبغي ألا يكون الرجل وحده هو المسئول عن هذه المداعبة المرأة، بل يجب على امرأته كذلك أن تداعبه وتلاطفه.

٢ـ **المقاربة الحميمة:** وذلك بالتقارب الروحي والوجداني، واللمسات الحانية التي تدل على السعادة بالتقارب بينهما.

٣ـ **الهمس في الأذن ومداعبتها:** فمما يستهوى الرجل وينعشه ويجذبه، ويهز مشاعره، ويزلزل أحاسيسه أن يسمع صوت زوجته عذبًا حلوًا رخيمًا منغمًا، خفيضًا يهمس في أذنه بكلمات الحب والغرام والهيام، ورغم أن الأذن للاستماع إلا أن الجلد المغذي لها شديد الحساسية باللمس، لذلك فإن ملامسة الأذن بالفم مثلاً، ثم الهمس فيها بكلمات الحب يجمع بين الوظيفتين في هدف واحد، وهو زيادة الإثارة والتمهيد للقاء.

٤ـ **القبلة**: وهي رسالة تعبر عن العواطف الجياشة بين الزوجين، ودليل على الألفة والمحبة بينهما وتحتاج إلى بعض الإبداع والشعور بالتبادل.

٥- **اللمس باليد**: فاليد الملساء الناعمة من مفاتن المرأة التي تثير الرجل، وتوقظ مشاعره الكامنة، وحين تلمس يد المرأة يد زوجها وتداعبها، وتتخلل أناملها، يحدث بين اليدين ألوان وأنماط من التفاهم والتحادث والتناغم، لا يفهمها غير الزوجين، وتختلف هذه المشاعر عند كل زوجين عن المشاعر بين زوجين آخرين.

٦ـ **النية الطيبة**: فيستحب أن يستحضر الزوجان عند المباشرة نية الإحصان، والاستغناء بالحلال الطيب عن الوقوع في الحرام الخبيث، وغيرها من النيات الحسنة، فصحيح أن حديث «**وفي بضع أحدكم صدقة**»[1] يشير إلى أن الزوجين مأجوران على كلِّ حالٍ، ولو لم ينويا شيئًا؛ لأنهما يفعلان الحلال الطيب، إلا أن استحضار النيات الطيبة، واستشعارها يزيد من الثواب في الآخرة، كما أنه يزيد متعة الاستمتاع بالحلال الطيب.

٧ـ **الدعاء والتسمية**: وهو أمر معنوي خالص؛ لكنه نِعْمَ الاستفتاح لمتعة طيبة حلال، ونِعْمَ الاستفتاح بنية صالحة يتبعها تسمية الله، ثم دعاء ضارع لله تعالى.

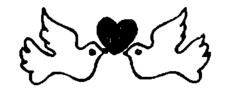
---

(١) رواه مسلم: (كتاب) الزكاة، باب: أن اسم الصدقة يقع على كل نوع من المعروف، رقم (١٦٧٤).



فعن ابن عباس ﷺ قال: قال النبي ﷺ: «**أَمَا إِنَّ أَحَدَكُمْ إِذَا أَتَى أَهْلَهُ وَقَالَ: بِسْمِ اللهِ، اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا فَرُزِقَا وَلَدًا، لَمْ يَضُرَّهُ الشَّيْطَانُ**»[١].

٨ـ **شكر النعمة:** ويستحب أن يستحضر الزوجان شكر النعمة التي أنعم الله عليهما بتيسير هذا الحلال الطيب لهما.



(١) رواه الإمام البخاري: (كتاب) الدعوات، باب ما يقول إذا أتى أهله، رقم (٥٩٠٩) في صحيحه.

من المسئول في غرفة النوم

اتفقنا على أن.... المعاشـرة الزوجيـة يـشترك في أدائهـا الزوجـان، ويتعاونان على تحقيق التوازن النفسي من خلالها، لكن للمعاشرة الزوجية آدابًا ينبغي مراعاتها، كما أن لها معايير ينبغي عدم تجاوزها، وهناك أسـئلة كثيرة تطرح نفسها في هذا الموضوع فيها:

من المسئول عن المعاشرة الزوجية؟!
ومن المسئول عن إيجاد اللحظة السعيدة؟!
ومن الذي يبدأ بالتحرك والمبادرة إليها؟!

سؤال نطرحه.. لنؤكد به أن المعاشـرة الزوجيـة لا يختص بهـا طـرف واحد بمفرده ..! إنها مسئولية الطرفين؛ لأن هناك طرفًا مانحًا، وآخر آخذًا، وغالبًا ما يكون المانح هو المخطط للمعاشرة الزوجية، فيبـدأ بـالتعبير عـن رغبته ببعض الكلمات المعبرة، أو ببعض التصرفات والحركات التي يفهـم منها الطرف الآخر رغبة الأول.

وأنجح العلاقات الزوجية عندما يكون الزوجـان متنـاوبي الأدوار في هـذا الموضوع، فمرة يكون الزوج هو المانح، ومرة يكـون هـو الآخـذ، وكـذلك الزوجة، مرة تكون هي المانحة، ومرة تكون هـي الآخـذة، فتبـادل الأدوار بين الزوجين حسب رغبتهما، وتعاونهما جميعًا على الأخذ والعطاء، يـؤثر



تأثيرًا إيجابيًّا في العلاقة الزوجية، وتصبح عندها النفوس مستقرَّة تملؤها المحبة والمودة.

ولكن متى تظهر المشكلات بين الزوجين في غرفة النوم؟!

يكون ذلك عندما يشعر الزوج بأنه دائمًا هو الطالب، هنا تثور المشكلة، ويبدأ معدل إيجابية المعاشرة في الانخفاض تدريجيًّا حتى تصبح شيئًا لا قيمة له في الحياة.

نقول للزوجة:

إن المبادرة منك والتلميح بالرغبة في المعاشرة لا تعني الضعف والهوان، كما أن الإعداد لليلة سعيدة ليست من اختصاص الزوج وحده، ومن أسرار السعادة في غرفة النوم، ومن مظاهر مبادرة المرأة أن تذكر نفسها بالآتي:

١- أفرغ نفسي تمامًا من أي عمل.

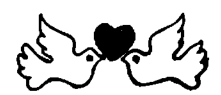
٢- أحرص على أن ينام الأولاد مبكرين.

٣- أغلق الهاتف.

٤- أنظف أسناني وجسمي.

٥- أنشر العطر الذي يحبه زوجي في أجواء غرفة النوم.

٦- أستقبل زوجي بابتسامة ذات مغزى، وبلباس غرفة النوم، وأهرب من أمامه هربًا يحبه وهواه، وأحرص على أن أظهر مفاتني له... وتفاصيل أخرى لا تغيب عن أنوثة المرأة.



لا تبخلي

والآن جاء وقت المصارحة وبيان ما لا بد إلا بيانه...

أحيانا يدخل الزوج إلى المنزل قادمًا من عمله، ويرى الزوجة وهي في المطبخ تعد وجبة، أو تستعد لتحضير الطعام مرتدية ملابس معينة، وليس شرطًا أن تكون الملابس الخاصة بغرفة النوم، وربما تكون الزوجة قد ربطت شعرها بطريقة معينة ليست شرطًا أن تكون رابطة مثيرة ولكن عندما يراها زوجها يشتعل فتيل الشوق في قلبه، فيقترب منها، وتدرك الزوجة ما يريد، فتتمنع لأنها تريد أداء عملها ومتابعته!

فلتحرص الزوجة هنا على أن تتكيف مع الوضع لا سيما إذا لم يكن أحد في المنزل، وتُشْعِره باستجابتها له، وهي صادقة في ذلك، فإن كون الرجل عائدًا من عمله المرهق لا يعني أنه ليس راغبًا في المعاشرة الزوجية، وكون الزوجة مشغولة لا يعني أن تمتنع إلا أن تتحلى باللباقة المطلوبة لهذا الموقف فيمكن أن تؤجله قليلا أو تتجاوب معه في المداعبات.. بل يمكن أن تستجيب له تحقيقًا لقول الله تعالى: ﴿فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ﴾ [البقرة: ٢٢٣].

وهنا لن تكون رائحة البصل عائق ولا ملمس الزيت منفر.. فإنه الحب الذي تزدهر بسببه الصحراء القاحلة وينمو الزهر من بطن الصخر.



أجّلي .. وسوف يستجيب

غاب الزوج عن بيته في سفر طيلة ثلاثة أيام، وطوال طريق عودته إلى أهله كان يفكر في زوجته واشتياقه لها، ويهيئ نفسه للقائها، والذي يبتسم حيث يمني نفسه أن يكون اللقاء حلمًا من أجمل الأحلام.

وبالمقابل.. الزوجة تهيئ نفسها أيضًا لاستقبال زوجها؛ ولكن باتجاه آخر تمامًا، فقد وضعت في دفترها أربعة موضوعات مهمة كانت أجلتها إلى حين عودة الزوج حتى تتخذ القرار فيها، وقد قررت أن تفتح الموضوعات في غرفة النوم بعد استقبال الزوج.

الكارثة:

بعد الاستقبال الحار، والتهنئات الجميلة، وتوزيع الهدايا والعطايا، دخل الزوجان إلى غرفة النوم، والزوج يتقرب من زوجته ويداعبها وهي تتمنع بعد أن قررت أن تفتح الموضوعات، وبدأت بطرح الموضوع الأول، لتناقشه فتوقف الزوج عن المداعبة بعدما أبت الزوجة طلبه تأجيل الموضوع، ثم بدأت العلاقة تتوتر وتحتد بعد ذكر الموضوع الثاني حتى وقعت الكارثة، فقد نام الزوج تلك الليلة في الصالة، أما الزوجة فقد استسلمت لبكاء عميق حتى ذهبت في النوم هي الأخرى وقد ملأها الحزن أن زوجها لم يكن بالقدر من المسئولية الذي كانت تتمناه حيث لم يستمع منها إلى موضوعاتها الأربعة المهمة جدًا ..أكثر مما كان يريد!!.

اعرفي ماذا يريد!

ينبغي للزوجة أن تعرف أسرار زوجها في المعاشـرة الزوجيـة، ومـاذا يجب أن يسمع من كلمات، وماذا يجب أن يرى من ملابس، ومـاذا يجـب أن يشم من رائحة، وماذا يجب أن يرى من حركات، حتى تـصل الزوجـة مع زوجها إلى مرحلة تُشْبع فيها بـصره وسمعـه ونفـسه، فتمتلكـه بعـدها بحبها وحنانها وعواطفها.

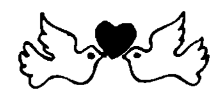
وعليها أيضًا بذكاء وفطنة أن توصل له مـا تحـب، ومـا تـستمتع بـه، فتسعد معه كما يسعد هو معها وتمر الدقائق الجميلة كأنها نسمات صـبح، أو قطرات ندى.

وإن خفى عن الزوجة اللبقة ما يريد زوجها فعليها أن تتعـرف عليـه بأسلوب ذكي... وتعرف زوجها ما تحب بأسلوب خفي .. فإن كان الأمر يحتاج إلى مصارحة، فلمَ لا نتصارح؟.

إن معرفة كل طرف للآخر برغبته، وما يريد منه تجعـل لغرفـة النـوم حياة، وتعطي لها جمالاً وتُشْعِر كل طـرف بـسعادته مـع الآخـر؛ لأن كـل واحد منهما يلبي حاجة الآخـر، وبـذلك يكـون سـعيدًا بنفـسه، وسـعيدًا لتحقيق رغبة الطرف الآخر.



أما إذا استمرت الحياة دون معرفة ذلك في هذا الجانب الهام من جوانب الحياة الزوجية، فقد نفاجأ بمشكلات لدى الزوجة دون أسباب واضحة، ولا يدري أحد أن السبب الحقيقي قد يكون مختبئًا وراء العلاقة الحسية مع زوجها؛ لأنها لم تعرف ما يحبه ويسعده، ولم يعرف الزوج ما تحبه وما يسعدها.



الجزء الثاني

كيف تحافظ على بيتك سعيداً؟

دور الزوج

قال ﷺ: «استوصوا بالنساء خيرًا»

[رواه البخاري: (كتاب) أحاديث الأنبياء،

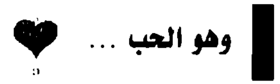
(باب): خلق آدم صلوات الله عليه وذريته، رقم: (٣٠٨٤)،

ومسلم: (كتاب): الرضاع، باب: الوصية بالنساء رقم (٢٦٧١).

مقدمة

بدأنا هذا الكتاب بالجزء الأول الـذي وجهنـاه للزوجـة، والـذي دار حول الإجابة عن سؤال: **كيف تبنين بيتًا سعيدًا؟**

ولم ندعي أننا قدمنا كل الوسائل التي تعـين الزوجـة علـى بنـاء بيتهـا سعيدًا، ولكن لأن هناك من الوسائل ما يتناسب مع شخصية زوجـة، ولا يتناسب مع الأخرى، فكان ما قدمناه مـن وسـائل هـو مـا ظننـا أن أكثـر الشخصيات تحتاجه، وإذا تم غرسه في البيت، فـإن نمـاءه مرجـو، وعطـاؤه إنشاء الله متوقع.



وهو الحب ...

الحب القائم على فهم النفسيات، وإدراك العلاقة، وتقدير احتياجات الطرف الآخر.

الحب القـائم علـى الفهـم والحـوار، والإشـباع العـاطفي والرضـا والواقعية.

وهذا هو الجزء الثاني نوجهه للزوج نجيب معه فيه على سـؤال آخـر قريب كل القرب، بل متعانق ومتداخل مع سؤالنا للـزوج، **كيـف تحـافظ على بيتك سعيدًا ؟**

ونشير في بداية الأمر إلى قولهﷺ: « **كلكم راع ومسئول عن رعيته**»[(١)].

فلم نتحدث هنا أيضًا عن حقوق وواجبات، ولكن كان حديثنا عن الحقِّ الشامل الذي يجمع كل ما تناثر من الحقوق، وهو حق الرعاية الذي وضحه ﷺ في حديثه، والقائم على المودة والرحمة.

ويبقى الحب...

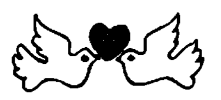
يبقى طائرًا يرفرف بجناحيه في سماء بيتك أيها الزوج الكريم، فإن وجد ماءًا وحَبًّا هبط، وملأ البيت تغريدًا، وإن وجد جفافًا ولفحًا طار، وابتعد ناجيًا بنفسه.

ندعوك أيها الزوج الفاضل...

حتى تحافظ على بيتك سعيدًا؟.

أن تعد للحب في بيتك أعشاشًا.

د. أكرم رضا



(١) سبق تخريجه.

الجسور المشتركة....

أثبت علم النفس أن اختلاف الطبائع ناتج عن البيئة والتربية، ولذلك فإن تنوع الشخصيات وتغايرها أمر طبيعي، نظرًا لتنوع البيئات وظروف التربية، وعلى هذا فنحن ندعو كل زوج أن يراجع نفسه أولا ويتعرف عليها، ليدرك أبعاد شخصيته فقد يكون السبب الرئيسي في تصرفات زوجتك معك هو رد فعل لمظاهر معينة في شخصيتك، تحتاج منك فقط الاهتمام للتعرف عليها، والبدء في علاجها.

أو أن تدرك أبعاد شخصيتك فتتوقع ردود فعلك على تصرفات زوجتك .

وأن تدرك أخيرًا أن اختلاف النفسيات أمر وارد بين الزوجين رغم أنهما من نفس واحدة .

ومن أجل أن يسكن كل منكما إلى الآخر...

> لابد من إيجاد نوع من النفسيات المشتركة بينكما ولن يكون ذلك إلا بالتعارف فإذا عرفت نفسك أولاً ، ثم عَرَفْت زوجتك، عندها تستطيع أن تبني الجسور بين النفسيات .

ما بين النهرين....

أقول لك إن عمرا من التربية في بيت أبيها، وسنين من أيام العلاقات والعادات والتقاليد في حياة زوجتك لن تستطيع أنت بمجرد توقيعك على العقد أن تغيرها .

والسؤال: لماذا تغيرها ؟.

بل لماذا تتغير أنت ؟.

لا أسأل هذا السؤال كنوع من التحدي، ولا أريد منه أن أحدد من فيكم الذي يتغير، ولكن أريد أن أبين لك فكرة كنت قد عرضتها في الجزء الأول من هذا الكتاب **دور الزوجة** وهي اختلاف المنابع، فنهر النيل هذا الذي يجري في بلادنا مصر بالخير والنماء، ويشق قلب الصحراء الجامد؛ ليبعث فيه الري والحياة، بدأ من منابعه بنهرين عظيمين هما النيل الأزرق، والنيل الأبيض، وكل منهما بدأ بمجموعة من الروافد والنهيرات الصغيرة التي تتجمع، لتكون هذين النيلين .

وكل منهما جاءت منابعه من مكان يختلف عن الآخر، ثم جرى بقوة فترة طويلة من الزمن يشق الأرض شقًا يدور حول الجبال، وتنمو حوله الأشجار والغابات، وتعيش على ضفافه أنواع مختلفة من الحيوانات بل والإنسان .

ثم يلتقي النهران، وعند التقائهما يصطدم كلٌ منهما بالآخر، ويحدث لصدامهما هديرًا شديدًا ويقذف كلٌ منهما بعضًا مما حمل من منابعه على

الجانبين، لتتكون دلتا خصبة من تلك الصدمات المتتالية، حتى يسير النهر في مجرى واحد، يجري بالخير والقوة في صحراء السودان، ويشق جبال جنوب مصر تدفعه تلك الصدمات المتكررة عند بداية الالتقاء، لينتشر الخير والنماء على جانبي الوادي .

هل استطعت أن أبسط لك المثال ؟

وهل دريت أن كل منكما جاء من منابعه يحمل رواسب خبرات الماضي وتجاربه؟

وهل تأكدت أنه ليس المطلوب آن يلغي أحدكما شخصيته في الآخر؟

وإنما نهر النيل يحمل الماء الوفير الذي جاء به أحد رافديه، ويحمل مع الماء ذلك الخصب والطمي الذي يحيي الأرض الموات والذي جاء به الرافد الأخر.

ترى لو ترك أحدهما ما يحمله عند مكان الالتقاء هل كنا وجدنا في بلادنا وادي أخضر، ودلتا عامرة ؟

الراعي..

إذا استوعبت يا صديقي هذا المثال فلا بد أن تدرك...

أنه ليس من مصلحتك أن تلغي كل ما حملته زوجتك معها من خبرات الماضي، ولكن كن ذكيًا واعيًا وضم إلى خبراتك خبرات زوجتك، ضم إلى عاداتك عادات زوجتك .

لا ينكر أحد أن كل ما تحاول أن تتخلص منه هو السيىء من العادات، سواء عندك أو عندها !!

امنح نفسك فرصة للحوار والنقاش، ودعها تبين لك ما عندها حتى تستطيع أن تبني جسور التفاهم لتقوم بمهمتك كاملة، وهي الرعاية .

وتذكر قوله ﷺ: «**كلكم راع، وكلكم مسئول عن رعيته، فالرجل راع في بيته، ومسئول عن رعيته**» [1] .



(١) سبق تخريجه.

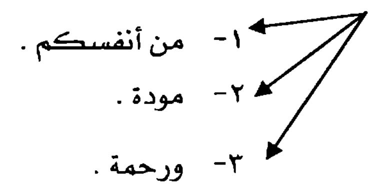
الفصل الأول

اسكن إليها



أخي كل زوج...

هل جاء في خاطرك استشعار نعمة الله تعالى في قوله – سبحانه-: ﴿لِتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا﴾. وهل لك أن تضيع تلك النعمة بتضييع مقوماتها الثلاثة:



١- من أنفسكم .

٢- مودة .

٣- ورحمة .

وهل أدركت الآن حكمة الله في ختم تلك الآية بقوله – تعالى -: ﴿إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١](١) .

إن علاقتك بزوجتك تحتاج منك إلى لحظات تأمل، ونظرات تفكر .

إنها من نفسك...

فهي إنسان مثلك، جسد مثلك، وروح مثلك، وقلب مثلك، ومشاعر مثلك، واهتمامات مثلك، مكلفة مثلك، مسئولة مثلك .

وهي جزء منك يتقبله كيانك، كما تتقبلك لن يحدث فطريًا أي نفور من أي منكم للآخر، وإن حدث، فالسبب خارجي منك أو منها، فلا يكن السبب أنت .

---

(١) ﴿ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١] .

ثم إن أساس هذا السكن **المودة**، وهي المعاملة عنـد الرضـا والحـب، بشكر المعروف، وإظهار المزايا، وإخفاء العيوب، وتقدير المشاعر . ،

أو **الرحمة**، وهي المعاملة عند الغضب بكظـم الغـيظ، وسـتر العيـب، وعدم الظلم، وإعطاء الحق، والتنازل عن بعض ما هو لك .

فإذا اجتمعت المودة والرحمة فإنك قد سكنت إليها، ومهدت الطريـق لأن تصبح قرة عين لك كما يدعو عباد الرحمن ﴿ **وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ** ﴾ [الفرقان: ٧٤] .

والآن كيف تسكن إليها ؟

وقبل أن أجيب أريد أن أضرب لك مثلا .

ماذا تفعل آلاف الزهرات على مائدة غير مرتبة، أو غير نظيفة ؟

إن علماء التربية قالوا : التخلي قبل التحلي، ليشع التجلي .

نعم لابد أن ترتب المحل، وتخليه من كـل مـا ينقـصه ويـشوهه، حتـى تستطيع بعض الأشياء الجميلة أن تحليـه، وعنـدها سيـشع بنـور الـصفاء، و تتجلى فيه آيات الحب .

أراك تبتسم، وأظنك بعد قليل ستدرك حجم مـا يـشوه المائـدة، وما يملأ فراغ الغرفة مـن الكراكيـب الـتي تمنعـك أن تـضع تلـك التحفـة الجميلة التي أحضرتها معك .

قل أسف....

قال لي صديقي:

ذهبت بالأمس ونفذت ما أردت، لقد أحضرت زهرة جميلة معي، بل وهدية قيمة، ودخلت يفوح عطري، وترقص ابتسامتي، وبدأت بالسلام، فماذا فعلت هي ؟

نظرت إليه مبتسمًا... وكدت أضحك .

فقال في شبه عصبية: تضحك، أليس هذا ما نصحتني به قلت له: يا أخي كان أولى لك أن تقول مع كل هذا **آسف لقد أخطأت في حقّك اليوم .**

قال: ألا يعبر كل هذا عن أسفي .

قلت: إن كثيرًا من الغبار لابد أن يملأ أنفك عندما تنظف حجرة أهملتها منذ شهور .

ولابد أن تتحمله .

وسنرى بعد أن تنتهي من إزالة ما بها من تراب قدر الصفاء والنور، وعندها فليفوح عطرك، ولترقرق زهرتك، ولترقص ابتسامتك .

أجيبك الآن عن سؤالك: حتى تسكن إليها لابد أن:

١- تراجع كثيرًا من سلوكياتك .

٢- تتعلم كثيرًا من السلوكيات الجديدة .

أجرد سلوكياتك

زوج الأحلام

كثيرًا ما فكرت زوجتك في فـارس الأحـلام، وكثيرًا ما صورته نموذجًا مثاليًا، وكم قالوا لها، لـن تجديه ولا في الأحلام .

وعندما التقت بـك كانـت كـل أمنياتهـا أن تقـول لـصويحباتها: لقـد وجدت فارس الأحلام، وجدته في زوجي .

فكيف تحقق لها تلك الأمنية، وتكون زوج الأحلام على أرض الواقع ؟.



اقرأ هذه القائمة:

١- العصبية الزائدة .

٢- عدم قبول رأيها .

٣- تكبير الأمور البسيطة .

٤- التعميم .

٥- كثرة الملاحظات .

٦- كثرة التوجيهات كأنك مع طفلة، أو تلميذة .

٧- كثرة التأنيب وقرع الكلام (التريقة) .

٨- عدم احترام طموحاتها .

٩- عدم مساعدتها في تحقيق طموحاتها .

١٠- اللوم عند الفشل، وإبداء عدم القناعة باستمرار .

١١- عدم احترام مواعيدها الخاصة .

١٢- فرض ربطها الدائم بك، بحيث لا تكون لها أي خصوصية .

١٣- عدم تحمل أي مسئولية من مسئوليات البيت مثل: غسيل الأواني - ترتيب البيت - مذاكرة الأولاد .

١٤- استخدام لهجة الأمر باستمرار .

١٥- . عدم عمل أي مصروف خاص لها، ونزع خصوصيتها المالية .

١٦- عدم إشراكها في ميزانية البيت، أو استشارتها فيها .

١٧- التهديد المستمر بالطلاق .

١٨- التهديد المستمر بالزواج من أخرى .

١٩- التكشير المستمر عند العودة إلى المنزل .

٢٠- الغموض والشعور بأن هناك سر كبير لا تعرفه .

بالله عليك هل هذا حلم جميل أم كابوس ؟!

أراك تهم بالاعتراض وتقول: إن معظم هذه الأمور تكون ردود أفعال في الغالب، أو بعضها تحتاجه قيادة البيت وتسيير أموره .

ومنها ما هو طبع ذاتي يصعب التخلص منه .

آسف أن أقاطعك وأقول لك وليكن، المهم أن تتعرف على شخصيتك الزوجية وتقوم بجرد كامل لسلوكياتك مع الطرف الآخر، وإليك هذا الاستبيان يساعدك على ذلك:

ضع علامة أمام سلوكك المتوقع عند كل موقف من المواقف الآتية..

أعرف شخصيتك الزوجية

١ـ حدث أمر مهم وتريد فيه الرأي..

أ- تستشير زوجتك وتهتم برأيها .

ب- تسألها مجرد تأدية واجب وتطيبًا لخاطرها .

ج- لا تهتم برأيها، لأنها امرأة .

٢ ـ لديك وقت فراغ..

أ- تقضيه في مرح مع زوجتك، أو نقاش مفيد .

ب- تستغله في زيارة أحد الأصدقاء، أو الأقارب .

ج- تستغله في قراءة الجرائد ومشاهدة التليفزيون .

٣ ـ أخطأت زوجتك في شيء ما..

أ- التلميح عن هذا الخطأ برفق

ب- المواجهة بالخطأ، ومحاولة الإقناع به .

ج – العنف واللوم .

٤ ـ زوجتك تقوم ببعض أعمال المنزل، وطلبت منك مساعدة..

أ- تتعاون معها فيما تفعله .

ب- تعتذر بلطف .

ج – تجيب بأنه ليس عملك وتغضب .



٥- أتى أهل زوجتك لزيارتكما..

أ- تكرمهم، وتحاول شراء أفضل شيء؛ لتقدمه لهم .

ب- تقدم لهم ما في المنزل .

ج- لا تهتم بوجودهم .

٦- زوجتك تشعر بألم ما..

أ- تطيب خاطرها بالكلمة الطيبة، والبسمة الحانية .

ب- تقول لها خذي دواء كذا .

ج- لا تهتم بالأمر .

٧- زوجتك لا تجيد عمل ما مهم، وأنت تجيده ..

أ- تحرص على تعليمها .

ب- تطالبها بتعلمه .

ج- لا تهتم بذلك .

٨- التطيب والتزين سنة عن الرسول ﷺ..

أ- تهتم به، لتسعد زوجتك .

ب- تهتم به أثناء زيارة أصدقائك، أو عند الخروج .

ج - لا تهتم به إطلاقًا .

٩- عندما تريد أن تسافر..

أ- تودعها، وتطلب منها الدعاء، وتزودها بالنفقة .

ب- تزودها بالنفقة فقط .

ج- تسافر فجأة .

١٠- حدث شيء من زوجتك يوجب موقف منك ..

أ- تعفو وتصفح

ب- تبدأ بالتلميح، ولا تجرح شعورها، وتعاتبها سرًا .

ج- تغضب فهي فرصتك .

النتائج...

ضع عدد الإجابات حسب كل اختيار وانظر إلى أكثر الإجابات في كلّ عمود

أ = ...	ب = ...	ج = ...
أنــت زوج شــوري تحــب زوجتــك، وتتمتــع بقــضاء وقتك معهــا ﴿وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ﴾ متسامح، تقدم نفسية التغافر، متواضع، تدرك طبيعة الأدوار الزوجية، متفتح، واسع الابتسام تحب للآخرين . **واجبك:** عليك واجب هام أن تراجع النقاط التي تسللت منك إلى العمـود الجـاور (ب) فتعيد قراءتها وتعتبر أن البند (أ) فيهـا تكليـف عملـي لـك تتدرب علـى أدائـه حتـى يصبح من عاداتك .	أنــت زوج طيــب تحــب زوجتك، ولكن تتعامل معها بشيء من الرسمية، تؤدي ما عليـك، ولكــن دون شــعور بــالتمتع بالحيــاة الزوجيــة . تضع حدودًا في التعامـل مـع الزوجة وتهتم بعدم تخطيها. **واجبك:** راجع أولاً مـا أشـرت للبنـد (ب) فيه من الأسئلة، وسـل نفــسك لمــاذا لا تحــاول أن تنتقل من البند (ب) إلى (أ) أمـا إجاباتـك المشار فيهـا إلى البنـد (ج) فهـي تحتـاج مراجعـة مـع الـنفس، وصـدق، وصـراحة . أقول لك باستعجاب شديد: **لماذا لا تتمتع بحياتك الزوجية ؟.**	أنت ....؟! (قل أنت!) **واجبك**... حـاول أن تراجـع رأيـك في النساء، انظـر إلى أجمـل مـا في زوجتك وحدث نفسك بـه، لمـا لا تكـون أكثـر تواضـعًا واهتمامًـا بـالآخرين؟ بـل وبنفسك؟، راجع مـشكلاتك النفــسية، وتوجهاتــك نحــو زوجتــك وبيتــك ومــدى احتياجك لهم، أقول لك قبل الانهيـار وبجهـد بـسيط انقـل بعـض آرائـك للعمـود (ب) حاول، وستنجح .



أنت في نظر زوجتك

هذه القضية مهمة جدًا وتنبئ عن الكثير من سماتك الحقيقية لأن مدى التداخل والانغماس بينكما يكاد يكون متكاملا فالله تعالى يقول:﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ﴾ [البقرة: ١٨٧] واللباس هو ما لاصق الجلد، وامتص عرقه وأصبح بصمة شخصية لصاحبه، وتعالوا أذكر لكم نموذجًا واضحًا جدًا للرجل الزوج في نظر زوجته ...

شاب يتزوج امرأة في الأربعين من عمرها كانت من أجمل نساء قومها، بل وأغنى قومها، تتاجر بمالها ولها حضور اجتماعي، وشخصية مستقلة، وعمق في الحياة وتجربة زواج سابق .

وزوجها هذا أتم الخامسة والعشرين والفرق بينهما في السن خمسة عشر عامًا تحمل من التجارب والخبرات الكثير، تزوجته لأنه الصادق الأمين كما اشتهر بين قومه، تزوجته لأنها خبرته تاجرًا بمالها فرأت منه رجولة لم تعهدها في الكثير .

عاش الزوجان حياة سعيدة وكان مال الزوجة هو دعامة الحياة، وأنجبت لزوجها الشاب ولدان وأربعة بنات، وعندما أتم الزوج أربعين عامًا أحب العبادة، واراد أن يفرغ لها فشجعته زوجته التي بلغت الخامسة والخمسين فصعد جبلاً قريبًا من قريته يعبد الله فيه، وهي ترعى ما بقي

من أولادهما، وترسل إليه خادمها بالزاد والماء ليعود يطمئنها عليه، بل كانت أحيانًا لتزور زوجها الشاب الزاهد فوق الجبل تقوي عضده، وتشاركه الليالي وتعود.

كل هذا ولم تشكو المرأة، ولم تتضجر، بل كانت ترحب بكل ما يفعله زوجها .

إلى أن جاء يوم وجاءها هذا الزوج الشاب الذي وصل إلى الأربعين مرتجفًا خائفًا يرتعش من البرد في قيظ الصيف الحارق، لتلتقي به تهدىء من روعه وتلفه في فراشه وتغطيه بلحافه حتى يهدأ ويقوى على أن يحدث بما حدث له .

فلما تكلم أسمعها عجبًا! لقد قال لها: أنه يأتيه الوحي من السماء.

تصوروا معي أي رجل يأتي زوجته بعد أن يعتزل الليالي ذات العدد ليخبرها أنه جاءه ملك ليخبره أنه نبي ماذا سيكون ردها ؟.

لندع عائشة أم المؤمنين - رضي الله عنها - تحكي القصة، ولكن في البدء نجب أن نوضح ما لا أظن أنه حقي عليك:

أن امرأتنا الفاضلة هي أم المؤمنين خديجة رضي الله عنها وزوجها هو حبيبنا وسيدنا محمد رسول الله ﷺ، ولا يفوتنا أن نذكر أن عائشة كانت تغار من خديجة حتى بعد موتها، ولكن لأنهم جيل يتمتع بالصدق

فلا نظن أن تكذب في روايتها، تقول عائشة بعد أن ذكرت نـزول جبريـل ببدايات سورة العلق ﴿اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ﴾ [العلق: ١].

«ثم رجع إليها رسول الله ﷺ يرجف فؤاده، فدخل على خديجة بنت خويلد فقال «**زملوني زملوني**»، فزملوه حتى ذهب عنه الروع، فقال لخديجة وأخبرها الخبر: «**لقد خشيت على نفسي**» .

هنا نقف مع الروعة، مع الرجل في نظر زوجته .

الرجل الذي استطاع أن يزرع في كل خلية من خلايا زوجته حبًّا واحترامًا وتقديرًا تتجلى كلها في ردها عليه:

قالت خديجة: «**كلا والله ما يخزيك الله أبدًا إنك لتصل الرحم وتحمل الكل**[1] **وتكسب المعدوم**[2] **وتقري الضيف**[3] **وتعين على نوائب الحق**» .

خبروني معشر الأزواج بالله عليكم من منكم لا يحب أن يسمع رأي من زوجته فيه مثل هذا الرأي؟ ثم خبروني..

هل تقول المرأة هذا الرأي في زوج لا يصل رحمها بل لا يصل رحمه أحيانًا ويجعل قضية مشتعلة دائمًا بينه وبين أهلها سواء أبوها أو أمها أو أخواتها . ولا يرغب أبدًا في إطفائها مهما حاولت هي من محاولات؟.

---

(١) تنفق على الضعيف والمسكين واليتيم وأصل الكل الثقل والإعياء .

(٢) تعطي الناس ما لا يجدونه عند غيرك .

(٣) تكرم الضيف .

هل تقول الزوجة عن زوجها عن مثل هذا الكلام إذا كان بخيلاً يغلق بيته عليه، لا يحب الناس ولا يحبونه، لا يعطي مسكينًا، ولا يأوي ضعيفًا ولا يساعد معدومًا بل ولا يحب ضيفًا ؟.

ثم انتظروا يا معشر الرجال، وانظروا معي إلى شاشات التاريخ تعرض أعجب موقف لزوجة يبين مكانة زوجها التي زرعها في قلبها خلال خمسة عشر عامًا .

يقول رسول الله ﷺ: «**وانصرفت راجعًا إلى أهلي حتى أتيت خديجة، فجلست إلى فخذها مضيفًا إليها** «أي: جلس ملتصقًا بها مُحتَمٍ بها ساكنًا بين ذراعيها» **فقالت: يا أبا القاسم، أين كنت؟ فوالله لقد بعثت رسلي في طلبك، حتى بلغوا مكة، ورجعوا لي ؟!**

يقول رسول الله ﷺ «**ثم حدثتها بالذي رأيت، فقالت: أبشر ابن العم واثبت فوالذي نفس خديجة بيده، إني لأرجو أن تكون نبي هذه الأمة**»[1] .

وتحمل الزوجة دعوة زوجها، وتنطلق الزوجة تطمئن نفسها، وتطمئن زوجها لتلتقي بابن عمها ورقة بن نوفل الذي كان قد تنصر في الجاهلية، وقرأ الكتب السابقة، وكان شيخًا كبيرًا قد عمي، فقالت له خديجة: يا ابن عم، اسمع من ابن أخيك .

فقص عليه النبي ﷺ ما رأى، فطمئنه ورقة وقال له: «**وإن يدركني يومك أنصرك نصرًا مؤزرًا**»[1] .

---

(١) سيرة ابن هشام ج ١ ص٢٤٦ .



«لقد قارنت خديجة بين ما سمعت من زوجها وبين الواقع التي عاشته معه خمسة عشر عامًا فأدركت أن من جُبل على مكارم الأخلاق لا يخزيه الله أبدًا . كانت خديجة مؤمنة بأن زوجها فيه من خصال الكمال ومن حسن الأخلاق، وفضائل الشيم، وأشرف الشمائل ما يضمن له الفوز، ويحقق له النجاح والفلاح»(٢) .

وقد قرأت عشرات التعليلات والخواطر لمواقف خديجة من زوجها محمد ﷺ ولم أجد تعليقًا عندي على هذا الموقف إلا كلمة واحدة لقد رأت خديجة في محمد الرجل، لقد اختبرته زوجًا خمسة عشر عامًا فلم تجده خلال علاقته كزوج وأب ورب أسرة إلا نبيًا فآمنت به، ولم تتردد .

ويذكرني هذا كله بقول الإمام حسن البنا عندما تكلم عن البيت المسلم كمرتبة من مراتب عمل الإنسان المسلم، لإعلاء شأن دينه وعودة أستاذية الإسلام للعالم، فقال: «وتكوين البيت المسلم، بأن يحمل أهله على احترام فكرته .. » .

ولا أظن أن زوجة لا تحترم زوجها تطيق أن تحترم فكرته مهما كان أو كانت ولا أظن أن مجرد أن الله تعالى قال: ﴿ ٱلرِّجَالُ قَوَّٰمُونَ عَلَى ٱلنِّسَآءِ ﴾ [النساء: ٣٤] أو قال – سبحانه وتعالى: ﴿ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ ﴾ [البقرة: ٢٢٨] مسببًا كافيًا لبعث الاحترام إلى قلب الزوجة... إن الاحترام لا يثبت بعقد

(١) المرجع السابق .

(٢) السيرة النبوية – الصلابي ج١ ص ٩٥ .

الزواج إنما يـزرع لرجولـة كاملـة وأخـلاق عليـة بحكـم العقـل وعاطفـة القلب.. بقوامة راعية ودرجة علية مـن الـسمات. إن الاحـترام لا يـزرع بالسخنة ولكن السلطة تتولد عن الاحترام.

والآن لننظر معًا بصدق:

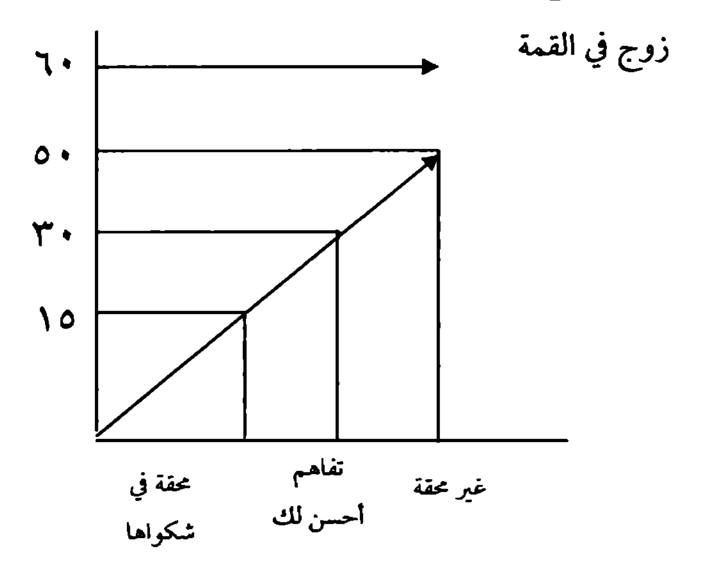
هل زوجتك محقة في شكواها ؟

	نعم	أحيانا	كلا
١- هل تنتقد طريقة زوجتك في الطهو ؟	١	٢	٣
٢- هل تقارن بين ما تصنعه زوجتك، وما اعتادت أمك أن تصنعه ؟	١	٢	٣
٣- هل تهمل اصطحاب زوجتك إلى نزهة أو رحلة؟	٠	٢	٣
٤- هل تزور المطبخ، لتختبر بنفسك مدى كفاءة زوجتك في الطهو ؟	٢	٢	١
٥- هل تنتقد زوجتك أمام الضيوف	٠	٠	٣
٦- هل تتبرم بزيارة أقارب زوجتك وخاصة والديها ؟	٠	١	٣
٧- هل تلوم زوجتك إذا أتى أبناؤك بتصرفات مخجلة ؟	١	٢	٣
٨- هل تبدي اعتذارك إذا وقع منك ما يسئ لزوجتك ؟	٣	١	١
٩- هل تنبئ زوجتك بالتليفون أنك ستتأخر في العودة وتسأل عن أحوالها ؟	٣	٢	١
١٠- هل تحاول أن تظهر بمظهر صاحب السلطة والسيطرة في البيت ؟	١	٢	٢
١١- هل تفكر في إهداء زوجتك هدية ولو بسيطة ؟	٣	٢	٠
١٢- هل تتحدث إلى زوجتك بمشروعاتك المستقبلة ؟	٣	٢	١
١٣- هل تبدي التلطف والحنان إذا توعكت زوجتك ؟	٣	١	٠



١٤- هل تتبرم باصطحاب زوجتك لزيارة أقاربها ؟	١	١	٣
١٥- هل ترفض أن تبقى مع أطفالك إذا خرجت زوجتك لأمر هام ؟	٠	١	٢
١٦- هل تشارك زوجتك في إدارة ميزانية البيت؟	٢	٢	٠
١٧- هل تساعد زوجتك على أن تدرب نفسها على شيء جديد ؟	٣	٢	١
١٨- هل تحرم على زوجتك بعض ما تفعله أنت ؟	٠	١	٣
١٩- هل تتخلص من التكشيرة على باب البيت قبل الدخول ؟	٣	٢	٠
المجموع:			

احسب مجموع درجاتك وابحث عن شكوى زوجتك في التخطيط التالي:



تخلص من الكراكيب

كما قلنا من قبل إن هذه التحفة الرائعة التي أحضرتها على هيئة هدية لزوجتك لن تجد لها مكانًا وسط تلك الكراكيب التي تراكمت في أركان حياتكما مع الزمن، والسبيل الوحيد لظهور جمال سلوكياتك الجديدة في حياتكما أن تتخلص من هذه الكراكيب وتعيد ترتيب الحياة لتجد مكانًا لتحفتك الجديدة

والآن نختار بعض هذه الكراكيب التي لابد أن تتخلص منها، لتصفو لك حياتك الزوجية .

١- ناقصات عقل:

> وبناءً عليه لا تستشيرها بل لا تعتبرها موجودة أصلا، فكيف تستشير من لا عقل لها ؟!
>
> أقول لك: إن الشورى من أخلاق المسلم مدح الله بها المؤمنين فقال: ﴿ وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ ﴾ [الشورى: ٣٨].



وذكرت الشورى ثلاث مرات فقط في القرآن أحدهم كخلق للمسلم في الآية السابقة: ي الآية السابقة، والثانية في الحرب وتنظيم أحوال الدولة[1].

والثالث في أمر من أمور البيت، بل من أمور البيت بعد انفصاله قال تعالى: ﴿ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَن تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ۗ وَإِنْ أَرَدتُّمْ أَن تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُم مَّا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴾ [البقرة: ٢٣٣] .

أي أن الشورى تكون إما على مستوى الفرد وإما في المجتمع الكبير (الدولة) أو المجتمع الصغير (الأسرة)، وإن كانت الشورى قد أمر الله بها أمر مثل رضاع الصبي بعد الانفصال، فأظنها في كل أمور البيت وهو قائم أولى .

وهل أذكرك عزيزي الزوج باستشارة النبي ﷺ زوجته أم سلمة في أمر يهم المسلمين يوم صلح الحديبية .

بل أعجب من ذلك أن يستشير النبي ﷺ زوجاته في طلاقهن فيرى زوجته سودة، وقد كبر سنها ولا تقوى على تكليفات حياة النبي ﷺ فيستشيرها أن يطلقها، فلا تكون عليها أي مسئوليات ويظل هو مسئولا عنها .

---

(١) قوله تعالى: ﴿فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ۖ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ﴾ [آل عمران: ١٥٩] .

بل ويوجهه الله تعالى إلى ذلك، فيأمره عندما يطلبن منـه زيـادة النفقـة أن يستشيرهن ولا يبادر هـو بأخـذ قـرار الانفـصال: ﴿ يَـٰٓأَيُّهَا ٱلنَّبِيُّ قُل لِّأَزْوَٰجِكَ إِن كُنتُنَّ تُرِدْنَ ٱلْحَيَوٰةَ ٱلدُّنْيَا وَزِينَتَهَا فَتَعَالَيْنَ أُمَتِّعْكُنَّ وَأُسَرِّحْكُنَّ سَرَاحًا جَمِيلًا ﴾ [الأحزاب: ٢٨] .

إنها حياة عجيبة يا عندما نفهم ديننا أما أن نفهمه فقـط كمـا نهـوى فلا يكون على لساننا إلا ما صح عن رسول الله ﷺ «**النساء ناقـصات عقل**» وليتنا فهمناه كما يريده النبي ﷺ حين أخـبر أصـحابه أن نقـصان العقل هو نسيانها عند الشهادة، فجعل الله شهادة امرأتين تساوي شهادة رجل ﴿ **أَن تَضِلَّ إِحْدَىٰهُمَا فَتُذَكِّرَ إِحْدَىٰهُمَا ٱلْأُخْرَىٰ** ﴾ [البقرة: ٢٨٢]، وهو أمر فطري خلقه الله فيها، لا دخل لها فيه وليس اكتسابي أو مهاري. ولا يؤثر على قدراتها وذكائها ومهاراتها في اتخـاذ القـرار أو في إدارة الحيـاة سواء على مستواها الشخصي أو العائلي أو العلمي. .

أو ما يتردد على ألسنة الفارغين من الرجال ليس مـن كلامـه ﷺ ولا مـن كـلام أحـد مـن العقـلاء كقولـة أحـدهم «**شـاوروا النـساء وخالفوهم**»(١)، ويتكون لدى الزوج نفسية مستقلة لشأن المرأة، فيعتبرها لا قيمة لها ولا فائدة، أي هراء هذا الذي ندير به بيوتنا؟!

ثم نسال اين السكن ؟!

---

(١) لا يصح نسبة هذا الكلام لرسول الله ﷺ لضعف سنده ويدعي البعض أن قائله سيدنا علي، ومع التحقيق لم يثبت أنه من قوله .



٢- عاصفة الغضب:

> نعم يا صديقي الزوج، هكذا عبرت كثير من الزوجات عن سلوكك عندما تغضب فتكون على أحد حالين...

أ- إما عاصفة من العصبية والانفعال وعدم ضبط النفس، ويقف الشيطان ينفخ في نار غضبك لتزداد اشتعالاً ويضيع مع حطامها قول النبي ﷺ **«لا تغضب»** [(١)] وقوله ﷺ: **«ليس الشديد بالصرعة ولكن الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب»** [(٢)].

ب- وإما عاصفة من الثلج والبرود والتجاهل، يصاحبها ريح بارد من النظرات المؤنبة، وتقلبات الشفتين وامتعاضهما، بل ومع شدة السقيع قد تترك أنت المكان لا يسمع فيه إلا صفير ريح الغيظ الأنثوي الذي قد يؤدي إلى انهيار.

أما الاعتدال عند الغضب فهو آخر ما تفكر فيه! أما سلوك النبي ﷺ عندما يغضب من أحد من زوجاته فلا يزيد على أن ينظر مغضبًا، أو يبتسم مغضبًا، أو يأمرها أن تعتذر، أو يسألها أن تعين من يحكم بينهما، أو أو ... أو من السلوك الذي ما فعله النبي ﷺ من منطلق أنه نبي فقط، بل من منطلق أنه

---

(١) رواه أحمد (كتاب) مسند البصريين، (باب): حديث جارية بن قدامه (٤١/ ٣٢١)، رقم (١٩٤٦٦).

(٢) رواه البخاري: (كتاب): الأدب، باب: الحذر من الغضب، رقم (٥٦٤٩)، ومسلم: (كتاب) البر والصلة، باب: فضل من يملك نفسه عند الغضب، رقم (٤٧٢٣)

أيضًا إنسان وزوج وعى ما جاء به وعيًا جيدًا، وعرف طباع النسـاء، ثـم أراد دائمًا أن يكون في القمة من الحسن والجمال من منطلق أنه ﷺ رجل.

٣- الأستاذ:

هكذا أنت في بيتك، وكأنك في الفصل مع التلاميذ وإصبعك السبابة موجه باستمرار لا إلى الحسن أبدًا، بل كأنك لا ترى إلا القبيح .

أ- ينطلق لسانك مع سبابتك بالملاحظات .

ب- تكبر الأمور البسيطة .

ج- توجه ... وتوجه ... وتوجه ...

د- تؤنب ... وتقرع ... وتنقرز ...

هل تعرف معنى كلمة نقرزة ...!

إنها القرع المستمر بلا هوادة، والطرق المتوالي بلا استراحة .

وتترجم ذلك كله في النهايـة أن تكـون صـورة ذهنيـة سـيئة لزوجتـك في نفسك تتحدث بها إلى من حولك، إلى الأولاد ... إلى أهلك ... إلى أهلها!!!.

توقف... !!!

قد تتعدى الحدود، وقد يفيض الصبر الأنثوي وقد !!!

وأنت الجاني

ويومها ستسأل أين الأستاذ !؟

أنصحك أن تغض الطرف عن المساوئ، تنظر إلى الحسنات، وتداري على السيئات، وتوجه بالقدوة. عندها ستكون حقًا أستاذًا !!



٤- يكفُر العشير:

امتلأ وجهي بالضحك، وأنا أستمع إلى أحد الزوجات تشكو لي زوجها الجالس أمامنا يبتسم بأسى، وقد انفجرت قائلة:

والله يا أستاذ لقد قرأت وحفظت حديث **يكفرن العشير** عن ظهر قلب، وعلمت أنه موجه للنساء، وأول مرة أرى رجلا ينطبق عليه هذا الحديث ؟

قلت من خلال ابتسامتي: وما ذاك ؟

قالت: ولا زال انفعالها الغاضب يسيطر على حديثها .

مهما فعلت له، مهما قدمت ... مهما قلت ... يقول لي بنص الحديث ما رأيت منك خيرًا قط، بل أكثر من ذلك يقلب كل حسن أفعله إلى سوء ودائمًا سيئ الظن بي .

ما رأيك أيها الزوج الكريم.. هل تريد نص الحديث؟ استمع إلى ما رواه البخاري..

«عن ابن عباس قال: قال النبيُ ﷺ: أريتُ النَّارَ فإذا أَكْثرُ أهلهَا النِّسَاءُ يَكْفُرْنَ قيل: أيكْفُرْنَ بالله قال: يْكُفْرنَ الْعَشيرَ، وَيَكْفُرنَ الإحْسَانَ لَوْ أَحْسَنْتَ إلَى إحْدَاهُنَّ الدَّهْرَ – ثُمَّ رَأَتْ منْكَ شيْئًا قالتْ مَا رَأَيْتُ منْك خَيْرًا قط» .

هل رأيت سبب دخول النساء النار إنه كفران العشير، قـدم كلمـة شكر لن تخسر بسببها شيئًا قدم ابتسامة امتنان يتكسب بهـا الكـثير كـافئ بكلمة مدح، ستفجر ينابيع الحب في بيتك .

وإياك أن تكون شكوى زوجتك أنك تكفر العشير .

٥- أنا راجل

نعم وهل ينكر أحد ذلك، ولكن النبي ﷺ وهو سيد الرجال ماذا كان يفعل في بيته لنسأل أم المؤمنين عائشة .

قالت: «**عن إبْرَاهيم عن الأسود قال: سألت عائشة ما كان الـــنبي ﷺ يصنع في بيته قالت كان يكون في مهنة أهله تعني: خدمة أهله فإذا حضرت الصلاة خرج إلى الصلاة**»[1].

وفي روايـة «**يُرقِّعُ الثّوْبَ ويَخْصِفُ النَّعْلَ أو نحو هذا، ويفعـل مـا يفعـل الرجال في بيوتهم**» .

وفي رواية «**كان بشرًا من البشر، يفلي ثوبه، ويحلب شاته، ويخدم نفسه**» .

بل أكثر من ذلك كان راعيًا لكل أفراد بيته .

انظر إلى تلك القصة اللطيفة

---

(١) رواه البخاري كتاب (الأذان)، (باب) من كان في حاجة أهله فأقيمت الصلاة فخرج ، رقم (٦٣٥).



تقول السيدة عائشة - رضي الله عنها -: «أن أسامة عثر بعتبة الباب فدمي قال فجعل النبي ﷺ يَمُصُّهُ ويقول: لو كان أسامة جارية لحليتها، ولكسوتها حتى أنفقها»(١) .

وعمر رضي الله عنه الذي عجن العجين وسوى الطعام ونفخ في النار، لمن ؟ ليس لزوجة وإنما لامرأة من الرعية .

وأنت تحب عمر وتقتدي به ؟

وجابر بن عبد الله الذي دعا النبي ﷺ وضيوفه ماذا فعل لإعداد الوليمة .

استمع إلى حكايات الرجال يا رجل

«عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال: لما حفر الخندق رأيت النبي ﷺ خمصًا شديدًا فانكفأت إلى امرأتي، فقلت: هل عندك شيء فإني رأيت برسول الله ﷺ خمصًا شديدًا فأخرجت إليَّ جرابًا فيه صاع من شعير ولنا بهيمة داجن فذبحتها وطحنت الشعير ففرغت إلى فراغي، وقطعتها في برمتها، ثم وليت إلى رسول الله ﷺ فقالت (أي زوجته): لا تفضحني برسول الله ﷺ وبمن معه (تقصد لا تدعو عددًا كبيرًا فإن الطعام قليل) فجئته فساررته فقلت: يا رسول الله ذبحنا بهيمة لنا وطحنا صاعًا من شعير كان عندنا فتعال أنت ونفر معك، فصاح النبي ﷺ فقال: يا أهل الخندق إنَّ جابرًا قد صنع سورًا فحى هلا بهلكم فقال رسول الله ﷺ لا تنزلن برمتكم، ولا تخبزن عجينكم حتى أجئ فجئت وجاء رسول الله ﷺ يقدم

---

(١) رواه أحمد كتاب (باقي مسند المكثرين)، (٥١/ ٨٨)، رقم (٢٣٩٣١) .

الناس حتى جئت امرأتي، فقالت بك وبك فقلت قد فعلت الذي قلت فأخرجت له عجينًا فبصق فيه، وبارك ثم عمد إلى برمتنا فبصق وبارك، ثم قال ادع خابزة فلتخبز معي واقدحي من برمتكم، ولا تنزلوها وهم ألف فأقسم بالله لقد أكلوا حتى تركوه وانحرفوا وإن برمتنا لتغط كما هي وإن عجيننا ليخبز كما هو»(١) .

وعلي بن أبي طالب رضي الله عنه:

«عن علي رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ لما زوجه فاطمة بعث معه بخميلةٍ ووسادة من أدم حشوها ليف ورحيين وسقاء وجرتين، فقال عليٌّ لفاطمة - رضي الله عنهما - ذات يوم: والله لقد سنوت حتى لقد اشتكيت صدري (*) قال: وقد جاء الله أباك بسبي، فاذهبي فاستخدميه فقالت: وأنا والله قد طحنت حتى مجلت يداي فأتت النبي ﷺ فقال: ما جاء بك أي بنية؟ قالت: جئت لأسلم عليك واستحت أن تسأله ورجعت؛ فقال: ما فعلت قالت: استحييت أن سأله، فأتيناه جميعًا فقال علي رضي الله عنه: يا رسول الله والله لقد سنوت حتى اشتكيت صدري، وقالت فاطمة رضي الله عنها: قد طحنت حتى مجلت يداي، وقد جاءك الله بسبي وسعة فأخدمنا؛ فقال رسول الله ﷺ والله لا أعطيكما، وأدع أهل الصفة تطو بطونهم لا أجد ما أنفق عليهم، ولكني أبيعهم وأنفق عليهم أثمانهم؛ فرجعا فأتاهما النبي ﷺ وقد دخلا في قطيفتهما إذا غطت

---

(١) رواه البخاري كتاب (المغازي)، (باب) غزوة الخندق، حديث رقم (٣٧٩٣)، وخمصًا: أي جوعًا.

(*) كان (علي) يملأ المساء للبيت فمرض بشبه إلتهاب رئوي من حمله الماء على صدره.



رءوسهما تكشفت أقدامهما؛ وإذا غطيا أقدامهما تكشفت رءوسهما فثارا فقال مكانكما ثم قال ألا أخبركما بخير مما سألتماني قالا: بلى، فقال: كلمات علمنيهنَّ جبريل عليه السلام فقال: تسبحان في دبر كل صلاة عشرًا، وتحمدان عشرًا، وتكبران عشرًا وإذا أويتما إلى فراشكما فسبحا ثلاثا وثلاثين واحمدا ثلاثا وثلاثين وكبرا أربعا وثلاثين قال فوالله ما تركتهن منذ علمنيهن رسول الله ﷺ قال: فقال له ابن الكواء ولا ليلة صفين فقل قاتلكم الله يا أهل العراق نعم ولا ليلة صفين»[١] .

هؤلاء يا أخي خير رجال؛ فهيا انضم إلى زمرتهم حتى تستطيع أن تقول بصدق: أنا راجل ؟

٦ـ مشغول:

وفي هذه أيضًا لك كل الحق فمطالب الحياة كثيرة ولابد أن تعمل حتى تقيم حياة طيبة لهما بل وقد تكون لديك بعض الالتزامات الأخرى المهمة التي تجعلك مشغولا .

ولكن هي أيضًا لها الحق في شكواها أليس لها جزء من وقتك، جزء غير لحظات الفراش أو الطعام أو النزاع، وقت لها فقط، تتفق فيه معها على نزهة لطيفة هي وحدها أو مع الأولاد ويستحسن تثبيته أسبوعيًا مثلاً

(١) رواه أحمد كتاب (مسند العشرة) حديث رقم (٧٩٧) .

مع عمل برنامج جيد له وتجنب فيه أي حوار حول ما تختلفون حوله في الحياة إنه وقت لن تكون فيه أبدا مشغولًا .

وقبل أن نغلق ملف **افهم نفسك** هذا تعالوا أيها الأزواج نسجل هنا ملامح الزوج الناجح والزوج الفاشل .

الزوج الناجح

١- يبث مشاعر الأمان الحقيقية لدى زوجته .

٢- زوجته هي حبيبته .

٣- يستشعر ربانية العلاقة بين الزوجين .

٤- يكون مصدر قوته في البيت هو صدقه ؛ وهو منبع شجاعته .

٥- يستشعر أن الزواج مسئولية، ورعاية، وقيادة ؛ فلا يساق إلى تحمل المسئولية جبرًا ، ولا يهرب منها تخاذلاً .

٦- تدفعه مسئولية الزواج إلى النجاح في الحياة العملية .

٧- يستشعر المسئولية الأخلاقية تجاه الأسرة والمجتمع، فيبدأ بنفسه فيكون شريفًا ، متواضعًا ، متسامحًا ، عطوفًا .

٨- يتميز بالثبات الانفعالي ؛ فيستطيع أن يكظم غيظه في أحرج المواقف .

٩- يلتمس الأعذار، ويصبر على أخطاء الآخرين .

١٠- راقيًا في غضبه، خيرًا في عقابه ؛ فلا يقبح، ولا يسخر، ولا يتهكم، ولا يحقر، ولا يفحش، ولا يلعن .



يقول النبي ﷺ: **«لقد طاف بآل محمد نساءٌ كثير، يشكون أزواجهن، ليس أولئك بخياركم»**[١] .

١١- متوازن بين رومانسية رقيقة، وواقعية مدركة .

١٢- يؤمن بالمساواة بين الرجل والمرأة، والعدل في العلاقات، والشورى كمنهج حياة .

١٣- يعلم أنه القائد ؛ فيجمع بين الحزم، والمرونة، والرعاية، والعدل .



(١) رواه أبو داود، كتاب (النكاح)، (باب): في ضرب النساء، رقم (١٨٣٤) .

((حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا))

هذه واجبات الزوج الناجح التقي نحو زوجته وحقوقها عليه، أعط لنفسك درجة من (١- ٤) حسب أدائك لتلك الواجبات، واحسب درجتك، واعلم أن الله غفار لمن تاب .

الواجبـــــات	١	٢	٣	٤
١- يزيد رفقه بها وهي حائض ويضاعف عطفه عليها .				
٢- يعينها على أداء فرائضها، ويأمرها بها إن قصرت ولو قصر هو .				
٣- يصبر عليها، ويحلم على غضبها				
٤- يكرم أهلها، ويعينها على بر أبويها				
٥- يساعدها ما استطاع في أعمال البيت				
٦- يستشيرها دون أن يحقر رأيها				
٧- يوفر لها سكنًا مستقلاً مناسبًا				
٨- يظهر حسناتها، ويستر عيوبها				
٩- لا يشتمها، ولا يضربها				
١٠- يكرمها، ولا يهينها				
١١- يرفق بها ويشفق عليها				
١٢- يلاطفها، ويلاعبها				

١٣- لا يحزن إذا غلبته على أمر				
١٤- لا يظلمها، وإن كرهها				
١٥- لا يطعمها من حرام				
١٦ – لا يكلفها فوق طاقتها				
١٧- لا يطيل الغياب عنها				
١٨- لا يهجرها إلا في بيتها				
١٩- يلبي لها ما يحصنها ويعفها ويسعدها				
٢٠- يناديها بأحب الأسماء إليها				
٢١- يتغاضى عن كثير مما يصدر عنها				
٢٢- لا يحرجها أمام أهلها، أو أهله				
٢٣- يمازحها ويمرح معها ويلاطفها				
٢٤- يحفظها ويصونها ويحميها من كل خطر				
٢٥- ينفق عليها ما تحتاج إليه ويقدر عليه				
المجموع:				

درجتك هي: %

قال رسول الله ﷺ «أوصيكم بالنساء خيرًا فإنهن عوان عندكم» .

﴿قُلْ يَٰعِبَادِيَ ٱلَّذِينَ أَسْرَفُواْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُواْ مِن رَّحْمَةِ ٱللَّهِۚ إِنَّ ٱللَّهَ يَغْفِرُ ٱلذُّنُوبَ جَمِيعًاۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلْغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ﴾ [الزمر: ٥٣] .

ماذا تريد الزوجة

على طريق السكن بدأنا هذا الباب، وبينا أن من وسائل الوصول إلى السكن الذي أعده الله للزوج عند زوجته أن يتلخص من مجموعة السلوكيات التي تكرهها المرأة في زوجها، وهذا هو التخلي، وإزالة الغبار ثم نستكمل المهمة بالتحلي حيث نزين السكن بعد تنظيفه بمجموعة سلوكيات تحب المرأة أن يباشرها زوجها معها:

أولا: البخيل

من أكثر الأمور التي تقيس بها الزوجة عاطفة زوجها أسلوب تعامله المالي معها، ولذلك نجد على لسان الكثير من الفتيات أن أهم صفة لا أحبها في زوجي أن يكون بخيلا.

وأسر إليك أن القضية بالنسبة للزوجة ليست كما يظنها الزوج أن تأخذ منه أو تسلبه المال أو أنها غير منضبطة ماليًا أو، أو ... الأمر كله أنها تدرك أهمية المال بالنسبة لك، ومدى التعب الذي بذلته في الحصول عليه، وأنك المصدر الأساسي لتزويدها بالمال في الحياة **فتريد أن تعرف موقعها منك** وذلك بمعرفة موقعها من شيء مهم لديك وهل أهم من المال؟! .

واليك مجموعة نصائح:

١- أن تشركها في ميزانية البيت وتستشيرها دائمًا في طريقة الحصول على المال وطريقة إنفاقه .

٢- أن تحاول أن تكون صريحًا معها في مقدار دخلك وأسلوب توزيعك له، ومقدار ادخارك وأسباب هذا الادخار .

٣- أن تطلعها على كلا الأمرين الأزمة والسعة حتى تشعرها بمشاركتها الكاملة .

٤- أن تجعل لها خلاف مصروفات البيت مبلغًا خاصًا كمصروف يدها، والذي يعتبر هدية منك شهرية لها مطلق حق التصرف فيها فقد أصبحت مالها الخاص[1] .

٥- أن تشاركها أو تستقل أنت بالهدايا التي تود أن تبعثها لأهلها في المناسبات أو المساعدات التي تقدمها لأهلها إن كانوا يحتاجون .

٦- أن تبين الزهد الكامل فيما لديها من مال خاص إذا كنت لا تحتاج له، وإن كنت تحتاج فاطرح الأمر للتشاور لا على شكل حق من حقوقك ومع النصح لها إذا استشارتك في أمر مالها .

ثانيًا: مع طموحاتها

كثير من الزوجات تنتهي طموحاتهن عند طموحات أزواجهن، وقليل منهم من تتعارض طموحاتهن مع أزواجهن مما يكون له أثر سلبي في التعامل بينهما،

---

(١) راجع كتابنا (بيوت بلا ديون) .

ولكــن الــزوج العاقــل مــن يقــدر طموحــات زوجتــه ويقومها لتدخل في مجرى طموحات البيت كله

ومن وسائل ذلك:

١- احترم دراستها إن رغبت في ذلك بل وإعانتها عليها ، وإدراك أن نجاحها يصب في كيان الأسرة .

٢- احترم رغباتها الشخصية كالرغبة في عمل تخسيس مثلا أو مزاولة نوع من الرياضة.

٣- أعنها على عملها الخيري إن أحبت ذلك، فإن النساء أكثر توجهًا عاطفيًا لفعل الخير بل والدعوة إلى الله، ولا تنسى أن عليها كما عليك واجب الدعوة إلى الله .

﴿ وَٱلْمُؤْمِنُونَ وَٱلْمُؤْمِنَٰتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَآءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِٱلْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ ٱلْمُنكَرِ وَيُقِيمُونَ ٱلصَّلَوٰةَ وَيُؤْتُونَ ٱلزَّكَوٰةَ وَيُطِيعُونَ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥٓ أُوْلَٰٓئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ ٱللَّهُ إِنَّ ٱللَّهَ عَزِيزٌ ﴾ [التوبة: ٧١] .

فتعاونا على ذلك، ولا تقف حجر عثرة في سبيلها بل وكن أول المباركين لنجاحها .

ثالثا: في أعمال البيت

انطبــع في أذهــان النــاس أن المــرأة مــسئولة مــسئولية كاملة عـن أعمـال البيـت، ولكـن هـل تعلم أن هنـاك خلاف بين الفقهاء على **مسألة:**



هل خدمة المرأة لبيتها واجب عليها أم لا ؟

نعم يترجح عند الكثير من العلماء أنه واجب عليها بقدر طاقتها وبقدر مستواها وخدمتها في بيت أبيها .

ولكن نجد الوصاية بأن من يستطع أن يحضر لامرأته خادمًا يساعدها فإن ذلك من حقوق الزوجة[1].

بعيدًا عن الحقوق الملزمة والواجبات المفروضة لقد رأينا ماذا كان يعمل النبي ﷺ في بيته .

وضع شاذ:

ثم لا يخفى على أحد أن هناك وضع شاذ، وهو تلك الزوجة التي تخرج من البيت صباحًا مع زوجها لتعمل تقريبًا نفس المدة الزمنية سواء عملاً وظيفيًا أو عملاً خيريًا مما اتفق الزوجان عليه، وتعود في نفس موعده في نهاية اليوم فإذا به يلومها على عدم إعداد الطعام وعلى نظافة البيت ودروس الأولاد وتعطل الأجهزة...وغيرها

وقد نتغاضى عن هذا الوضع الشاذ الذي لا نظنك تكون فيه أبدًا لننصحك بما يحول البيت إلى السكن الذي يفيض بالمودة والرحمة .

١- أسلك سلوكًا عمليًا في التغيير وإذا رأيت أي خلل في البيت فكن قدوة .

---

(١) راجع موسوعة (القواعد في بناء البيت المسلم) للمؤلف .

٢- أسرع بالشكر وامتداح أي عمل جيد في البيت، وتغاضى عن التوافه .

٣- لا تعين نفسك مشرفًا للنظافة في البيت تشير بعصاتك إلى هذا الخلل وذاك ولكن قدر تعبها .

٤- احترم مرضها وكن بديلاً جيداً عنها، وإياك أن تظهر الضجر عند مرضها، بل وقدم لها المساعدة المطلوبة واسأل نفسك لو كنت مكانها ماذا كنت تفعل ؟.

٥- زين الحياة حولها كما تحب أنت أن تفعل هي ذلك لك، أعد غرفة النوم وانثر فيها العطر، أحضر باقة ورد لذلك الركن الجميل الذي تجلسون فيه معًا .

٦ راجع كل ما يحتاج إصلاحًا في المطبخ والحمام والإضاءة وأسرع في استدعاء من يصلحه .

٧- وأخيرًا تزين لها وارتدى أفضل ما عندك في البيت .





هل أنت زوج مثالي

اعلم أيها الأخ الكريم أن الزوج هو عماد البيت وبصلاحه يصلح البيت كله، ويسعد في الدنيا والآخرة إن شاء الله .

ونعلم جميعًا أن المثالية ليست هدفًا وإنما هي علامة على البعد يسعى كل واحد منا أن يقطع جزء من الطريق إليها.. وكلما قطعنا جزءًا أكبر كان الشعور بالسعادة أقرب.

الآن حاول الإجابة عن هذه الأسئلة المباشرة بحياد تام وبصراحة لتقف مع نفسك وقفة صادقة لتعرف نقاط القوة في عاطفتك مع زوجتك فتنميها وتعرف نقاط الضعف فتعالجها .

السؤال	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	لا
١- هل تودع زوجتك قبل ذهابك إلى العمل وتحسن مقابلتها عند رجوعك ؟					
٢- هل تحرص على أن تكون مرحًا وبشوشا خاصة مع زوجتك وأهلها مهما يحيط بك ؟					
٣- هل تحرص على أن تكون عواطفك دافئة وتبدي إعجابك بجمالها ؟					

					٤- هـل تحـرص علـى تقـديم هديـة رمزيـة لهـا في المناسـبات الـسعيدة مثـل (عيـد ميلادهـا – عيد زواجكما ...) .
					٥- هل تحرص على الانـسجام التـــام بـــين زوجتـــك ووالـــدتك وإخواتك ؟
					٦- هـل تغـار علـى زوجتـك غـيرة محمودة ؟
					٧- هل تهتم باللفتات البسيطة وتمتـــدح إجادتهـــا ومظهرهـــا وطهيها .. إلخ ؟
					٨- هـل تقـول لهـا إنـك سـعيد بالزواج منها ؟
					٩- هـــل تقـــص لهـــا بعـــض الطرائف والمفارقات الطريفة ؟
					١٠- هـــل تقـــدم لهـــا بعـــض المـــشروبات والمـــأكولات الـــتي تحبها دون طلبها منك ؟

١١- هل تتزين لها ؟					
١٢- هل تدلل زوجتك وتناديها بأحب الأسماء إليها؟					
١٣- هل تعبر لزوجتك عن حبك وإخلاصك وتقبلها يوميًّا؟					
١٤- هل تحرص على راحة زوجتك عندما تشعر بتعبها وحاجتها إلى النوم ؟					
١٥- هل تحرص على ألا تنتقد زوجتك باستمرار وخصوصا أمام الأهل والأولاد؟					
١٦- هل تلتزم الأدب معها وتراعي شعورها وحياتها الخاصة ؟					
١٧- هل تستعمل معها الرحمة والرفق واللياقة والكياسة ؟					
١٨- هل تراعي الأطفال الصغار عند بكائهم ليلاً ، ولا تتصنع النوم ؟					

١٩- هل تحرص على ألا تثقل على زوجتك بطلباتك وطلبات البيت والأولاد؟					
٢٠- هـل تحـرص علـى شـراء مـــستلزماتها مـــن الملابـــس والشنط والأحذية والعطور و....؟					
٢١- هــل تحــرص علــى تــوفير مستلزمات المنزل من الخضراوات والفواكه وخلافه ...؟					
٢٢- هــل تبتعـد عـن النكـد واختلاق المشكلات ؟					
٢٣- هل تعامل وتعاشـر زوجتك بالحسنى وطيب خاطر ؟					
٢٤- هل تصبر وتستعين بـالله عنـدما تجـد فيهـا مـا تكـره وتمـارس الحلم واللـين وضـبط النفس معها؟					
٢٥- هـــل تراعـــي ظـــروف زوجتك النفسية وتحاول تهدئتها وحل مشكلاتها؟					

٢٦- هـل تحـرص علـى ألا تغضب إذا تـأخرت عـن إعـداد الطعـام لـك أو غـسل وكـي ملابسك؟					
٢٧- هـل تحـرص علـى عـدم مجادلتهـا ومخاصـمتها في كـل وقت وعلى أتفه الأسباب؟					
٢٨- هـل تحـرص علـى عـدم استرضـاء أولادك أمـام زوجتـك عندما توبخ أحدهم؟					
٢٩- هل تحـرص علـى مراعـاة ذوقهـا عنـد شـراء احتياجاتـك واحتياجاتها وحاجات المنزل؟					
٣٠- هـل تحـرص علـى عـدم فتح حافظة نقودها ، أو حقيبتها إلا بإذنها؟					
٣١- هل تتجنب عناد زوجتك الذي قد يؤدي إلى ما لا يحمد عقباه؟					

٣٢- هل تذكر مزايا زوجتك أمام الأهل والأقارب؟					
٣٣- هل تحرص على إكرام والدتها وإجلالها وإظهار مشاعر الحب والود لها؟					
٣٤- هل ترحب وتكرم أهل زوجتك عند زيارتهم لكما؟					
٣٥- هل تشعر زوجتك بحبك لأهلها واحترامك لهم؟					
٣٦- هل تحرص على صلتك بأهلها ومشاركتهم في جميع المناسبات والأعياد؟					
٣٧- هل تحرص على الذهاب مع زوجتك بين آن وآخر للنزهة وصلة الرحم؟					
٣٨- هل تسعى ليكون بيتكما قدوة وقبلة للناس؟					
٣٩- هل تحرص على ألا تترك زوجتك وأولادك فريسة أمام التلفاز؟					

٤٠- هل تحرص على ألا تتحول العائلة إلى ملهاة عن ذكر الله، والتزام أوامره؟					
٤١- هل تشارك زوجتك مسئولية الأولاد (العبادة - المذاكرة- والمتابعة ..) ؟					
٤٢- هل تحرص على تبادل الآراء مع زوجتك في محيط من التفاهم والحب؟					
٤٣- هل تحسن قوامتك على زوجتك، ولا تسيئ إليها؟					
٤٤- هل تحل مشكلاتك داخل بيتك وتحتفظ بأسرار زوجتك دون إطلاع الأهل والأقارب عليها؟					
٤٥- هل تنسى ما يدور بينكما من خلاف أو نقاش؟					
٤٦- هل تحض زوجتك وأولادك على الأخلاق، الفاضلة وترشدهم إلى طريق الحق؟					

٤٧- هل تحرص على أن يكون لكما لقاء أسبوعي على كتاب الله ومدارسة سنة نبيه ﷺ؟					
٤٨- هل تحرص على إقامة شعائر الإسلام سويًا من صلاة وصيام وزكاة وحج؟					
٤٩- هل تتذكر زوجتك وأولادك في دعائك بظهر الغيب؟					
٥٠- هل تحرص على ألا تنام وزوجتك غاضبة منك؟					
٥١- هل تعرف أن العمر قصير وله قيمته ولا يجب أن تضيعه بتوافه الأمور؟					
٥٢- هل تحمد الله على نعمة هذا الزواج وهذا السكن والرحمة والمودة في حياتك؟					
٥٣- هل تحرص أن يكون الله ورسوله أحب إليكما مما سواهما؟					

٥٤- هل تحرص على الصيام مع زوجتك ثلاثة أيام من كل شهر على الأقل؟					
٥٥- هل تحرص على إيقاظ زوجتك لصلاة الفجر؟					
٥٦- هل تحرص على إيقاظ زوجتك لقيام الليل؟					
٥٧- هل ترحب وتكرم صديقات زوجتك عند زيارتهن لكما؟					
٥٨- هل تعينها على الالتزام بالمواعيد والمحافظة عليها؟					
٥٩- هل تساعدها على أن تكون نافعة لغيرها؟					
٦٠- هل تتعاونا على مجاهرة النفس على السير على الطريق إلى الله؟					

وقت الحساب:

أولاً: احسب مجموع درجاتك كالآتي .

دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	لا
٢٠	١٥	١٠	٥	صفر

ثانيًا: اجمع ما حصلت عليه من درجات .

١- **أكبر من ٨٥ درجة**.... **أنت زوج ممتاز** تقترب من المثالية.

٢- **من ٧٥ إلى٨٥**... **أنت زوج ناجح** وعندك الاستعداد لتحقيق المزيد من النجاح..

٣- **من ٦٥ إلى ٧٥**... **أنت زوج جيد** وبقليل من الحكمة والجهد تكون زوجًا ناجحًا وعليك أن تجتهد أكثر من ذلك.

٤- **من ٥٠ إلى٦٥** ... **أنت زوج عادي** راجع أسئلة الاستبيان قبل فوات الأوان .

٥- **أقل من ٥٠ درجة**... **أنت على خطر عظيم** وبيتك يفقد أعمدته التي يقوم عليها وعليك بمراجعة نفسك قبل أن ينهار.

ثالثًا: احتفظ بهذه الورقة وقيم نفسك كل ثلاثة شهور على الأقل، وحاول أن تحقق درجات أعلى ..بمراجعة كل سؤال واكتساب المهارات التي تكسبك إجابة جيدة عنه حتى تقطع أكبر جزء من الطريق إلى جنة الزواج المثالي.

تزين يا رجل

قال الإمام القرطبي عند تفسير قوله تعالى: ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ ٱلَّذِى عَلَيْهِنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ﴾ [البقرة: ٢٨٨]. «أي: ولهن من حقوق الزوجية على الرجال مثل ما للرجال عليهن».

وقال ابن عباس رضي الله عنهما: «**إني لأتزين لامرأتي كما تتزين لي**» لأن الله تعالى قال: ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ ٱلَّذِى عَلَيْهِنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ﴾.

قال القرطبي: «أما زينة الرجال فعلى تفاوت أحوالهم، فإنهم يعملون ذلك على وفق اللياقة والوفاق، فربما كانت زينة تليق في وقت، ولا تليق في وقت، وإنما يعمل اللائق والوفاق ليكون عند امرأته في زينة تسرها ويعفها عن غيره من الرجال. قال: ثم عليه أن يتوخى أوقات حاجتها إلى الرجال فيعفها عن التطلع إلى غيره».

وعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه عن رسول الله ﷺ قال: «لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر، ولا يدخل النار من كان في قلبه مثقال ذرة من إيمان» فقال رجل: يا رسول الله الرجل يحب أن يكون ثوبه حسنًا، ونعله حسنًا، فقال رسول الله ﷺ: «إن الله جميل يحب الجمال، الكبر من بَطَر الحقِّ وغمض الناس»[1].

(١) رواه مسلم (كتاب) الإيمان، (باب): تحريم الكبر وبيانه، رقم (١٣١) .

عزيزي الزوج:

كل إنسان بفطرته يحب الجمال، ونحن الرجال ندرك موقع جمال المرأة من نفوسنا ويسعدنا تلك المواقف التي تهتم به زوجاتنا بجمالها من أجلنا... والذي لا بد أن نعلمه أن الزوجات أيضًا يحببن الجمال ويسعدهن تلك اللفتات الجميلة من أزواجهن.

أعلم أيها الزوج الفاضل... أن زوجتك تحب أن تراك في عينها وعيون الناس جميلا، بل تحرص على هيئتك في الملبس والمظهر أمام الناس، ألم تر اهتمامها بك عند الخروج، وحرصها على نظافة ومظهر الملابس؟ فإذا كانت تحب أن يراك غيرها مع شدة غيرتها عليك جميلا مهندمًا، فكيف بحبها أن تراك لنفسها، ولذلك قال سيدنا عمر: «**تزينوا لنسائكم، فإنهن يحببن منكم مثل ما تحبون منهن**».

ولك في رسول الله ﷺ أسوة فقد كان جميلا في خلقته، ومع ذلك كان يكتحل ويدهن شعره ويرجله بالمشط ويفرقه .

عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: «**كان رسول الله ﷺ يكتحل في كل عين ثلاثًا**»[1].

وعنه أيضًا «كان يفرق شعر رأسه»، وعن أنس رضي الله عنه قال: «**كان النبي ﷺ يدهن الشعر ويرجله**» وعنه «**كان يكثر دهن رأسه وتسريح لحيته**»[2].

---

(١) رواه الترمذي: (كتاب: اللباس) باب: ما جاء في الاكتحال رقم (١٦٧٩). وابن ماجة: (كتاب: الطب) باب: (من اكتحل وترًا)، رقم (٣٤٩٠).

(٢) رواه الترمذي في الشمائل المحمدية، باب: (ما جاء في ترجل رسول الله ﷺ)، رقم (٣٣).



وعن أبي أيوب رضي الله عنه قال: «**كان رسول الله ﷺ يستاك بالليل مرارًا**»[١] وهو تطهير الفم والأسنان بعود أو فرشاة.

وعن عائشة رضي الله عنها: «**كان ﷺ لا يفـارق مـصلاه سـواكه ومشطه**»[٢].

وعن جابر رضي الله عنه قال: «**دخل على النبي ﷺ رجل ثائر الرأس، أشعث اللّحية، فقال أما كان لهذا دهن يسكن به شعره**»[٣].

وعن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي ﷺ: «**من كـان لـه شـعر فليكرمه**» وعن عائشة رضي الله عنها عن النبي ﷺ قـال: «**إن الله يحب من عبده أن يتجمل لإخوانه إذا خرج إليهم**»[٤].

وهكذا دخلنا بابًا من أبواب الخير الذي جاء به رسولنا ﷺ وهو باب عجيب قد يغفله كثير مـن الرجـال... فقـد يهـتم الرجـل بـشكله وزينتـه وهندامه خارج البيت ويغفل عن ذلك كله داخله.

---

(١) رواه ابن حجر العسقلاني في (المطالب العالية)، كتاب: (الطهارة)، باب: (السـواك) رقم (٦٤).

(٢) رواه الطبراني في الأوسط، باب: من اسمه محمد، رقم (٦٥٤٩).

(٣) رواه أبو داود (كتاب: اللباس)، باب: (في غسل الثوب وفي الخلقان رقم (٣٥٤٠)، والنسائي: (كتاب: الزينة)، (باب: تسكين الشعر)، رقم (٥١٤١).

(٤) أخرجه العراقي في تخريج أحاديث الإحياء رقم (٣٣٧٨)، وقال: رواه ابن عدي في الكامل.

رغبات خفيـة..

في لقاء مع زوجين حكى لي حوارهم التـالي حيـث..احتـدم الحـوار بينهما حتى وصل إلى قمته.

وانفعل الزوج الذي أقلقه بشدة إهمال زوجته لنفسها فقال:

أهذا شكل زوجة يسر زوجها إذا نظر إليها ؟

أجابت: وما لا يعجبك فيّ ؟

فرد: ألا ترين شعرك في المرآة و...

قاطعته الزوجة في برود وهي تبعثر شعرها....

ما به شعري ؟

اشتد الغيظ بزوجها وقال:

ألا تسرحينه؟ ألا ترين كيف يبدو؟.

ارتفع صوت الزوجة وهي تقول:

وهل تركت طلباتك وطلبات أولادك وقتًا أهتم فيه بنفسي؟

وهنا انفعل زوجها أكثر وقال:

أنا لي حق عليك ومن حقي أن تهتمي بمظهرك.

وهنا تحجرت دمعتان في عيني زوجته ونظرت إليه نظرة ذات معنى وقالت:

ولماذا تطلب مني أن أتجمل لك، وتنسى أن تتجمل لي أنت أيضًا؟

عقدت الدهشة في لسان الزوج ثم قال: أنا

قالت الزوجة: أجل أنت.

تلعثم الزوج وقال مترددًا:

الرجل جماله في رجولته .

وهنا ابتسمت الزوجة في مرارة وقالت: وهل تذهب رجولتك إذا قصصت أظافرك، وسرحت شعرك ووضعت بعض الرائحة الطيبة بين ثنايا جسدك .

عقدت الصدمة لسان الزوج فلم ينطق وانطلقت زوجته تعدد له ما كان يعتمل في نفسها منذ زمن، ثم أشاحت بيدها وهي تنصرف من أمامه وتقول:

أظن أن الرجل الحق هو من يعطي بقدر ما يحب أن يأخذ.

تذكرت هذه القصة بعد أن سمعت تفاصيل الحوار السابق من الزوجين...

أتت امرأة إلى عمر بن الخطاب رضي الله عنه بزوج لها أشعث أغبر، فقالت: يا أمير المؤمنين، لا أنا ولا هذا، خلصني منه . فنظر عمر فعرف ما كرهت فيه، فأشار إلى رجل فقال: اذهب به فحممه، وقلم أظفاره، وخذ من شعره، واتني به . فذهب ففعل ذلك . ثم أتاه فأومأ له عمر أن خذ بيدها، وهي لا تعرفه، فقالت: يا عبد الله، سبحان الله ! أبين يدي أمير المؤمنين تفعل هذا ؟ فلما عرفته ذهبت به، فقال عمر: هكذا فاصنعوا لهن، إنهن ليحببن أن تتزينوا لهن كما تحبون أن يتزين لكم ..!

ثم انهيت لقائي معهما بقصة اخرى فقلت...

سمع – عمر رضي الله عنه – امرأة في الطواف تقول:

فمنهن من تسقى بـماء مبرد نقاح فتلكم عند ذلك قرت

ومنهن من تسقى بأخضر آجن أُجاج ولولا خشية الله فرَّت(*)

ففهم أنها تشكو رائحة فم زوجها، فبعث إليه، فوجـده مـتغير الفـم، فخيره بين خمسمائة من الدراهم وطلاقها، فاختار الدراهم وطلقها .

ضحك الزوج وهو ينظر بحب إلى امرأتـه وقـال: إذا كـان الموضـوع غسيل فم فهي تعلم أني أهتم بنظافة أسناني لكـن يبـدو أنهـا تريـدني أن أرتدي لها ملابس خاصة كما ترتدي هي لي.

أخفضت الزوجة رأسها حياءًا وقالت بهمس: ولما لا.

برقت عينا الزوج وهو يحملق في امرأته ثم انفجرضاحكًا: فقـد فهـم الكثير... اظنه سيفعل الكثير فقد ذهبا ولم يعودا.

(*) **الماء النقاح**: هو الماء الجيد الرائحة والطعم فلم يغيره شيء. **والآجن**: هو العفن. **والخضار**: دلالة على طول مكثه حتى تكونت الطحالب الخضراء فيه. **والأجاج**: هو المالح.



تصرفاتك تتحدث



ايها الزوج الفاضل:

هل تعلم أنك تتحدث وأنت صامت؟ هـل تعلـم أن زوجتـك تنظر إلى تصرفاتك كأنها لسان يـتكلم؟ وأنهـا لـديها القـدرة علـى ترجمة تلك التـصرفات إلى عبـارات بعـضها حالمـة ناعمـة كـأوراق الورد ونسيم العطر وبعضها قارسة مؤلمة كأشواك الصبار وكـبرودة الثلج...

تعالى...نتجول في قاموس تصرفات الأزواج لنتعرف على معانيها عند الزوجات.

١- عندما تـضع زوجتـك لـك الطعـام فتتنهـد وأنـت تقـول (الله يرحمك يا أمي).

٢- عندما تعلم أنك لا تستأثر بشيء من الطعام خارج البيت.

٣- عندما تجعل نفقتك على أهلك تتناسـب مـع دخلـك، وتطلـع زوجتك غالبًا على أحوالك المالية.

٤- عندما تصحب زوجتك في نزهة خارج البيت وتسير معها على الأقدام وأنت ممسك بيدها أثناء سيركما.

٥- عندما تتدخل في كل صغيرة وكبيرة، ولأن لزوجتك مجالًا تشعر فيه أن لها دورها وشخصيتها وحريتها وتكثر الاعتراض على آرائها ورغباتها وطلباتها، وتكثر مساءلتها من أين وإلى أين.

٦- عندما تقول تصرفاتك دائمًا أنها دونك سواء من الناحية الاجتماعية أو الثقافية أو التعليمية.

٧- عندما تتغافل عن الأحداث التي قد توقعها في حرج ولا تتبع ما يرهق شعورها، وتترفع عن سفاسف الأمور .

٨- عندما لا تكثر من معاتبة زوجتك.

٩- عندما تعاتبها أمام الغير وخاصة الأهل أو الأولاد.

١٠- عندما لا تعاتب زوجتك عما تعتذر عنه وتقبل عذرها مهما كان الخطأ.

١١- عندما تغار الغيرة المعتدلة التي تحبها زوجتك منك والتي تدل على اهتمامك بها وحبك لها.

١٢ عندما تكثر من الأسباب التي تجعلها تسئ الظن بك مثل إبداء الإعجاب بالأخريات والتغيب عن المنزل على غير المعتاد، أو الارتباط بعلاقات عمل أو غيره مع الجنس الآخر.

١٣- عندما تكن لها الفارس النبيل الذي يحقق الآمال ولا يخيب الرجاء.



١٤- عندما تخبرها بكل مشاعرك الجميلة نحوها وتأخذ يدها بحنان الحب وتقبل يدها رحمة ورغبة ومحبة.

١٥- عندما تتكلف التبسم حتى تعتاد ذلك عند كل دخول.

١٦- عندما تحرص أن تكون مهتمًا في هيئتك في الملبس والمظهر أمامها كما تهتم أمام الناس.

١٧- عندما تحرص أن تكون لك جلسة مع الزوجة والأولاد يشعرون فيها بوجودك معهم.

١٨- عندما تشارك برضا نفس مع زوجتك، ولو بقليل من العمل المنزلي.

١٩- عندما تبدي لها رغبتك الدائمة فيها في كل الظروف وخاصة وقت حيضها.

٢٠- عندما تذكر محاسن امرأة معينة أمامها وتفيض في ذلك.

٢١- عندما تكثر من ذكر موضوع الزواج بأخرى مازحًا.

٢٢- عندما تتحدث أمام زوجتك عن موضوعات أو مشاكل لزميلات لك في العمل وتبدي الاهتمام الشديد بها .

٢٣- عندما يتقدم بكما السن فتعلم أن المرأة لا تحب أن يقال لها أنها عجوز، فتعطها الإحساس بأنها ما زالت في شبابها، وأنها تبدو أصغر من عمرها الحقيقي.

٢٤- عندما تراعـي الأمـور الـتي تتـصل بأهلـها وتحـرص علـى إكـرامهم في بيتـك واشـعارهم أن البيـت بيـتهم فتجالـسهم وترحب بهم.

٢٥- في المناسبات الطيبة تحرص على دعـوة أهـل زوجتـك قبـل دعوة أهلك.

٢٦- عندما تمرض زوجتك فتقوم على خدمتها وخدمة الأولاد، وتمسح بيدك الحانية أوجاعها، ولا تكلفها بأي عمل، وتوفر لها سبل الراحة والهدوء .

٢٧- عندما تصحبها في رحلة إيمانية إلى درس علم أو قيام ليل أو عمل خيري.

٢٨- عندما تضع العراقيل أمام تقدمها العلمي وتفوقهـا في مجـال تخصصها.

٢٩- عندما أتلمس مواضع سعادتها وتتعرف على مـا يحقـق لهـا النشوة فتحققه لها وتهتم بذلك.

٣٠- عندما تقول لها..وأنت تملأ عينيك منها.. **أحبك.**





نظـرات عينيـة

قالت الزوجة في حيرة:

هل قتلت له قتيل؟ لا أدري لماذا كل تعابيره وكلامه في البيت هى تلك النظرات السامة التي يطلقها نحوي؟

لماذا سكت زوجي؟

أقول لكل زوج يطفىء أزرار لسانه في بيته لقد انتصرت أيها الزوج الشجاع... وتعالى لتحصر غنائمك.

١- أصاب زوجك إحباط على جميع المستويات وأصبحتي تري أنه لا فائدة في الحياة معه.

٢- أصيبت زوجتك بعصبية زائدة فأي كلمة ستفجر عصبيتها.

٣- أصبحت الزوجة تنظر إلى كل سلوكياتك نظرة عدائية وتترجمها إلى كره وبغض لها.

٤- أصيب البيت كله بالحيرة والتوقف واقترب من الانهيار.

تقول: كل هذا لأني ساكت في البيت؟...كل هذا لأني أخلد للسكوت..؟

ألا تسألني لماذا سكت قبل أن تجاري زوجتي في موقفها من سكوتي؟

قلت له: قبل أن أستمع إليك مهما كان السبب فإن النتائج السابقة هي المنتظرة مما يسميه البعض: **الخرس الزوجي** .

نظر إلي بأسف وقال: استمع الأول إلى أسبابي فقد تغير رأيك.

لقد استخدمت كل وسائل التعبير عن عدم رضائي على بعض تصرفات زوجتي فلم تفلح فأعلنت الخرس في البيت كرسالة تحذير..

ابتسم الرجل ثم قال..

لقد كانت هذه هي البداية وكلام في سرك لقد وجدت أنها أكثر الوسائل فاعلية لإغاظة زوجتي ورد الصاع صاعين لها !!

نظرت إلى الزوج المسكين الجالس أمامي ورجعت بذاكرتي إلى كثير من المشكلات التي يسببها أبو الهول عندما يسكن البيت واستعرضت أسباب ذلك فوجدت..

١- أن هناك أسباب كثيرة غير تعمد الزوج فعل الخرس - مثل هذا الزوج - المنتقم بالسكوت فقد يكون الزوج صامت بطبعه..

٢- أو يرى أن الكلام والتعبير عن مشاعره لزوجته قد ينقص من رجولته واحترامه وقدره في البيت.

٣- أن يكون امتناعه عن التعبير عن مشاعره لزوجته نوع من الخجل الذي يصيب بعض الرجال..

٤- أن يظن أن زوجته قد تتهمه بالجرأة أو البجاحة أو المراهقة إذا عبر لها عن مشاعره واستطرد في الحديث معها..



٥- أن يكون في سن يرى أن تعبيره عن مشاعره وحديثه مع زوجته نوع من الارتداد للمراهقة.. ويكون شعاره (إحنا كبرنا)..

٦- قد يكون مبرره.. **«إن زوجتي تعلم أني أحبها فلماذا أقول لها باستمرار ذلك»**..

٧- أن يرى أن عمله وعدم تقصيره في بيته من الناحية المادية خير معبر عن المشاعر والعواطف فلا داعي للحديث مع زوجته حولها أو حول أي شيء آخر..

رجعت إلى الزوج الجالس أمامي مبتسمًا فخورًا بانتصاره وقلت له:

أعود فأقول لك.. أيًا كانت أسبابك فإن انتصارك هو نصر ذائف.. سترى نتيجته بعد حين..

نظر إليَّ الزوج وقد غامت سماء ابتسامته وقال لي بندم..

الحقيقة لقد جئت إليك بسبب ذلك..

إن الفتور أصاب حياتنا وأصبحت زوجتي تنفعل لأتفه الأسباب وأصبحت أنا أميل أكثر إلى الخرس عمومًا بعد أن كان خرس عن التعبير عن مشاعر الحب لها فقط.. وأشعر الآن أني أنحدر إلى نتيجة مؤلمة..

هنا وجدت عند الزوج الفاضل الرغبة في الإصلاح فسألته..

ولما لا تعود إلى التعبير عن حبك لزوجتك وتصل ما انقطع من الحوار..

قال: لا أدري يا دكتور فيبدو وأنني تعودت على ذلك أو أجد في نفسي تعالي عن العودة لذلك..

قلت له: وليكن موافقتي على احتمال وجود هذا ولكن تعالى نحاول..

أولا: معرفتك بسبب إعتراضك عن التعبير لزوجتك عن حبك هو بداية الطريق.

ثانيًا: أن تعلم أن النبي ﷺ كان أفضل من يعبر عن هذا الحب لدرجة أنه كان يعلنه وسط الصحابة.. فحين سأله أحدهم من أحب الناس إليك فيقول: «عائشة»، فيرد الصحابة ليس عن هذا نسألك فيقول ﷺ: **«أبوها أبو بكر»**.

ثالثًا: أن رسول الله ﷺ أمر بأن نخبر من نحبه أننا نحبه.. فقد جاءه رجل فقال يا رسول الله أني أحب فلان فقال له: هل أخبرته؟ فقال: لا، فقال: اذهب فأخبره.

رابعًا: أن نتيجة إخبارك لها بحبك ستؤدي بالتالي إلى ردها عليك بنفس المشاعر..

فقد ذهب الرجل وفعل ما أمره الرسول ﷺ فقال الرجل: أني أحبك في الله فقال له الرجل: أحبك الله الذي أحببتني لأجله..

فأي سلوك يدل على الاهتمام هو دافع لملأ القلب بالحب(*).

وتدبَّر ما حكاه كعب بن مالك ﷺ؛ عن قصة محنته، وكيف حفظ الجميل والتقدير، لطلحة بن عبيد الله ﷺ؛ عندما قام ليهنئه بتوبة الله تعالى

* راجع قصة الثلاثة الذين خلفوا في سورة التوبة الآيات (117-119) وتفسيرها.



عليه، ولم يقم غيره ؛ فتدبر هذا الموقف، الذي قصه علينا كعب بن مالك ﷺ أثناء محنته:

«فقام طلحة بن عبيد الله ﷺ يهرول حتى صافحني وهنأني، والله ما قام رجل من المهاجرين غيرُه، فكان كعب لا ينساها لطلحة» (١).

خامسًا: أن إخبارك لزوجتك بحبك لها هو نوع من الوفاء لها وتقدير لجهدها في بيتك.. فهي حارس على بيتك وأمينة على أولادك ومواسية لك في شوقك ومبعث نشوتك وتفريغ شهوتك وأنس خواطرك..

كل هذا طبيعيًا تفعله هي دون أن تقصد بل وإن كان بينكما خلاف فإن هذه الأمور تؤديها الزوجة طبيعيًا ولا تملك القدرة على منعها طوال ما هي في بيتك..

أضف إلى ذلك ما تفعله من أمور إذا كانت راضية لإقبالك عليها من المواساة بالمال والمشورة الناجحة والمساعدة في كثير من الأعمال ونجد حبيبك ﷺ يذكر خديجة دائمًا ويقول: «**قد آمنت بي إذ كفر بي الناس، وصدقتني إذ كذبني الناس، وواستني بمالها، إذ حرمني الناس، ورزقني الله (عز وجل) ولدها، إذ حرمني أولاد النساء**» (٢).

وأخيرًا: إبدأ في إعداد مجموعة من الوسائل تعينك على الخروج من هذا الخرس العاطفي..

---

(١) متفق عليه.

(٢) رواه أحمد في مسنده، باقي مسند الأنصار (٥٠/ ٣٧٥)، رقم (٢٣٧١٩).

وتعالى نعدد معًا بعضها..

١- المكالمات الهاتفية المنظمة أو غير المتوقعة.

٢- تخصيص رنة رقيقة للمحمول لها وتخبرها بها.

٣- تخصيص ما يسمى call tone وهي وسيلة لغير ما تسمعه عندما تطلبك فبدل أن تسمع الرنة المعتادة.. تسمع مقطع من أغنية معبرة أو رنة خاصة بها.

٤- منادتها بإسم خاص بها (الدلع) أو ما يسمى ترخيم الإسم.

٥- الهدية البسيطة ؛ ولو وردة .

٦- اصطحابها في نزهة خاصة أو جلسة خاصة.

٧- تصفحا معاً بعض الصور في ألبوم أيامكما الحبيبة الأولى.

٨- جددا الذكريات؛ وذلك بأن تزورا معاً نفس أماكن لحظاتكما السعيدة الأولى.

٩- حديث الذكريات ومن خلاله تذكرا معا أوائل حياتكما.

أول زيارة قمت بها لبيتها .
أول سلام ومصافحة بينكما .
أول هدية استلمتها منها .

أول غرفة اخترتماها.
أول رسالة حب كانت بينكما.
أول مكالمة تمت بينكما.
أول قبلة.................



وتذكر صديقي الزوج..

- أنك لا بد أن تبني جسورًا مشتركة بينك وبين زوجتك.
- أن السكن الذي وعد الله به في الآية يبدأ بأن تسكن إليها.
- أن بداية السكن أن تعلم أن زوجتك مثلك تمامًا ولها مثل ما لك من حقوق.
- أن تجرد سلوكياتك لتدرك هل أنت زوج الأحلام أم كابوس.
- تلمس رأي زوجتك فيك وتأكد من شكواها منك.
- أن تتخلص من الكراكيب النفسية في حياتك الزوجية حتى ترى الحياة أفضل.
- **تذكر أن من الكراكيب:**
  ١- عدم إشراكها في حياتك ومشاورتها في أمورك.
  ٢- عاصفة غضبك الذي تصيبك بالفزع المستمر.
  ٣- تعاملك معها كأستاذ معلم لطالب غبي,
  ٤- كفرانك العشير فلا تشكر على شيء تقدمه لك.
  ٥- فهمك السقيم لمعنى الرجولة وعدم مشاركتك بأي مساعدة في البيت.
  ٦- رفع شعار أنا مشغول دائمًا.
- واعلم أن الزوجة تفزع من الزوج البخيل والمحطم لطموحها وغير المقدر لتعبها في البيت.
- وأهمس في أذنك تزين لها... واجعل للحظات الحميمة ملابس خاصة.
- واحذر من حديث تصرفاتك فزوجتك تترجم دائمًا ما تفعل.
- وإياك والخرس الزوجي الذي يبدأ بتوقف التعبير عن المشاعر ويستمر حتى يصبح الصمت المؤذن بالعاصفة.
- وتذكر أوائل حياتكما وحديث الذكريات.



الفصل الثاني

أنت تحبها

مودة أم رحمة ....؟ أم ؟!

عزيزي كل زوج ما رأيك في العبارات التالية في الحياة الزوجية ؟

العبــــــارات	أوافق	إلى حد ما	لا أوافق
١- الكلمة الطيبة صدقة نعـــم، ولكـــن ليست في كل الأحوال			
٢- إن بعض الظن إثم وبعضه ليس إثمًا			
٣- لم تترك ظروف الحياة للزوج وقتًـــا أن يعاون زوجته في المترل .			
٤- أستمع إلى زوجتي، فهذا واجب ولكن أمل قصصها الطويلة .			
٥- وجدت الحل لعـــلاج المـــشكلات، التهديد بالطلاق أو الزواج بأخرى .			
٦- ما معنى أن أكون قوامًا إلا أن يكـــون رأيي فقط هو المنفذ في البيت.			
٧- الانضباط يعني الوقوف عند كل صغيرة وكبيرة .			
٨- كلما كان الرجل كريمًا مـــع زوجتـــه كلما تمردت عليه			



العبـــــــارات	أوافق	إلى حد ما	لا أوافق
٩- لا يجب أن تعلم زوجتي كل شيء عني، فيكفيها أن أقضي لها ما تريد .			
١٠- أنا صاحب الدرجة فلابد أن يكـــون الجميع في خدمتي			
المجمـــــــــوع:			

أعط لنفسك:

١٠ درجات للإجابة (لا أوافق) .

٥ درجات للإجابة (إلى حد ما) .

صفر للإجابة (أوافق)

المجمــــــــوع	

عزيزي الزوج بعد الانتهاء من هـذا الاسـتبيان تعـالى لنتعـرف على أسلوبك في التعامل مع الزوجة .

من ٧٥ إلى ١٠٠ ------ أسلوبك هو المودة والرحمة وأنت زوج محب .

من ٥٠ إلى ٧٥ ------- أسلوبك هـو الرحمـة فقـط أنـت زوج ذوق.

أقل من ٥٠ ---------- أسلوبك ....؟!

هل أنت زوج.........!

١ـ هل من عادتك أن:

أ- تقول لزوجتك أحيانًا أنك تحبها؟

ب- تظهر عاطفتك بين آن وآخر؟

ج- تنتظر منها أن تفترض أنك ما تزال تحبها.

٢ـ عندما تعود إلى البيت بعد عملك وتجد زوجتك مرهقة هل:

أ- تتهالك على مقعد وثير وتظهر بمظهر المنهوك القوى؟

ب- تتذمر من أنها ما تزال منهمكة في العمل؟

ج- تمد إليها يد المساعدة في شئون المنزل؟

٣ـ إذا تدخلت والدتك في شئون بيتك هل:

أ- تتولى الدفاع عن والدتك؟

ب- تنحاز إلى جانب زوجتك؟

ج- تخفف من وطأة الأمر على زوجتك؟

٤ـ هل ..

أ- تجامل زوجتك من أجل مظهرها، أو طهيها؟

ب- لا تلاحظ إلا عيوبها ؟

ج- تدعها تعتقد أنك راض إذا لم تتذمر من شيء ؟



٥ـ إذا بكى طفلك في الليل هل:

أ- تتظاهر بأنك مستغرق في النوم لكي تنهض زوجتك من فراشها دائمًا للعناية به ؟

ب- تبذل جهدك للعناية بالطفل ؟

ج- تقول لزوجتك أن ذلك عمل من أعمال النساء ؟

٦ـ إذا رغبت في قضاء يوم معها خارج المنزل هل:

أ- تدع زوجتك تختار المكان الذي تود الذهاب إليه؟

ب- تعود إلى البيت حاملاً بطاقات الذهاب إلى المكان ؟

ج- هذه فكرة غير واردة ... وأعملها مضطرًا .

٧ـ هل تذكر عيد ميلادها أو تاريخ الزواج .. أو تقدم إليها باقات زهور دون ما سبب خاص؟

أ- نعم .

ب- لا .

ج- أحيانًا .

٨ـ عندما تجدها مكتئبة هل:

أ- تقول لها: إنك تتقدمين في السن ؟

ب- تؤكد لها أنها ما تزال جميلة في نظرك ؟

ج- تحاول أن تشجعها بمثل هذه العبارة مثلاً: «الجمال الحقيقي هو جمال الأخلاق» ؟

٩ـ هل تنتظر من زوجتك أن:

أ- تعني بشئون المنزل دون سواها ؟

ب- هل تشجعها على مصادقة الآخرين والاهتمام ببعض النشاط خارج المنزل ؟

ج- تنتظر منها أن تقضي كل أوقات فراغها وراحتها بقربك ؟

تسجيل الدرجات

السؤال	أ	ب	ج
١	٣	٠	٠
٢	٠	٠	٣
٣	٠	٣	١
٤	٣	٠	٠
٥	٠	٢	٠
٦	٠	٣	٠
٧	٣	٠	٢
٨	٠	٣	٠
٩	٠	٣	١

النتيجة...

إذا سجلت ٢١ نقطة أو أكثر فأنت زوج عظيم ورائع .

وإذا سجلت من ١٥ إلى ٢٠ نقطة فإنك تجتاز الامتحان بصفتك زوجًا عاديًا.

وإذا كانت النتيجة دون ١٥ نقطة فإني أدهش كيف تستطيع زوجتك أن تتحملك !



في بيتها رجل

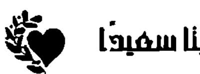
١- هل تمثل القدوة في بيتك	أحاول جاهدًا	أكيد	أحيانًا
٢- هل تشعر بالحب بين أولادك بعضهم البعض	نعم	لا	أحيانًا
٣- هل هاديت زوجتك بهدية منذ سنة؟	نعم	لا	لا أتذكر
٤- هل تشعر أنك راض عن زوجتك؟	نعم	أحيانا	لا
٥- هل تشاور زوجتك ؟	دائمًا	أحيانا	نادرًا
٦- هل تحدث بعض المشكلات في بيتك؟	نعم	لا	أحيانًا
٧- هل اسلوب معالجتك لهذه المشكلات الهروب؟	دائمًا	أحيانًا	لا
٨- هل تقوم باحتياجات بيتك المختلفة ؟	أحيانا	نعم	لا

السؤال			
٩- هل قمت بفسحة أنت وأسرتك منذ ستة أشهر مثلاً؟	نعم	لا	إطلاقًا
١٠- هل تقوم بزيارة أهل زوجتك؟	أسبوعيًا	شبه يومي	أحيانًا
١١- هل قمت بدعوة أهل زوجتك على عزومة مثلاً؟	شهريًّا	اسبوعيًّا	سنويًّا
١٢- ما هو متوسط الوقت الذي تقضيه بالمنزل يوميًّا؟	٦ ساعات	٣ ساعات	ساعة
١٣- هل لك ورد قرآني يومي مع أسرتك؟	نعم	أحيانًا	لا
١٤- هل تتابع أولادك في الصلاة؟	أحيانًا	نعم	لا
١٥- ما هي علاقة زوجتك بجيرانك؟	جيدة	متوسطة	ممتازة
١٦- ما طبيعة علاقتك بجيرانك ؟	جيدة	متوسطة	ممتازة
١٧- هل تقوم بزيارة جيرانك؟	نعم	لا	أحيانًا

١٨- هل يوجد قنوات فضائية في بيتك ؟	نعم	لا	مشفرة
١٩- هل تتابع زوجتك البرامج الترفيهية والمسلسلات ؟	نعم	لا	أحيانًا
٢١- هل تعيش زوجتك الواقع الذي أنت فيه؟	نعم	لا	بنسبة
٢٢- هل يشعر الأولاد والزوجة بالسعادة عند قدومك للمنزل	نعم	لا	أحيانًا
٢٣- هل أنت جاد في المنزل؟	نعم	لا	بنسبة
٢٤- هل أنت حريص على إسعاد زوجتك	نعم	أحاول	لا
٢٥- هل تبتسم في وجه زوجتك عند دخولك المنزل ؟	نعم	لا	أحيانًا
٢٦- هل تحب أن تتجاذب مع زوجتك الحديث في الموضوعات المختلفة ؟	نعم	لا	أحيانًا

٢٧- هل تحب زوجتك أهلك	بنسبة قليلة	جيدة	ممتازة
٢٨- هل تضع ميزانية مصاريف المنزل ؟	نعم	لا	أحيانًا
٢٩- هل تدخر ولو القليل من دخلك ؟	نعم	لا	أحيانًا
٣٠- هل لديك طموحات مستقبلية في:	زيادة الدخل	الثقافة والدارسة	عمل الخير
٣١- في حالة وجود مشكلة بينك وبين أهل زوجتك أو العكس ماذا تفعل؟	أذكرهم بشر	أتجاهلها	حسب الظروف
٣٢- هل تبادر بالصلح؟	أنتظر حضورهم للصلح	أتغاضى عن الصغائر	لا
٣٣- هل أنت موضع مشورة لأهل زوجتك ؟	نعم	لا	أحيانًا
٣٤- هل تنتظم زوجتك في الحضور مع صديقاتها في الخير ؟	نعم	لا	أحيانًا

السؤال			
٣٥- ما شعورك عند تأخر زوجتك مع صديقاتها في الخير؟	السعادة	الضيق مع عدم المنع	التنبيه بعدم تكرار ذلك
٣٦- هل تقوم بزيارة أصدقائك في البيت؟	نعم	لا	أحيانًا
٣٧- هل توجد علاقة وطيدة بين زوجتك وزوجات أصدقائك؟	نعم	لا	أحيانًا
٣٧- ما مستوى العلاقة بين أولادك وأولاد أصدقائك؟	جيدة	متوسطة	ممتازة
٣٨- كم تحفظ زوجتك من القرآن الكريم	قصار السور	جزء	أكثر
٣٩- وما هو دورك في هذا؟	أراجع معها	أحفزها	أتجاهل
٤٠- هل تقوم بإيقاظ زوجتك في الفجر؟	نعم	لا	أحيانًا



ماذا تفعل لو؟

اكتب هنا رد فعلك دون تفكير:

(١) أحضرت لزوجتك هدية في عيد زواجكما فشعرت بضيقها وأنها لا تعجبها ؟

- ....

(٢) نشب خلاف بين زوجتك وأمك نتيجة تدخل والدتك في أعمال زوجتك المنزلية ؟

- ....

(٣) شعرت بأن طريقة زوجتك في إعداد الطعام لا تعجبك، وأثارت انتقاد أحد أصدقائك ؟

- ....

(٤) في طريق عودتك للمنزل وقبل الدخول تذكرت أن ذلك اليوم هو يوم تنظيف المنزل والبيت غير مستعد لاستقبال ضيوف وقد دعوت أصدقاءك على العشاء .

- ....

(٥) اعترضت زوجتك بشدة على قرار قد اتخذته واحتدت في النقاش حتى خرجت من فمها لفظة جارحة .

عزيـزي كـل زوج الآن أعـد الـتفـكـير في المواقـف الـسابقة بهـدوء وانظـر إلى رد فعلـك بـلا تفـكـير وتلمـس عواقبـه، الآن اكتـب رد فعلك بعد التفكير قارن، وأنت الحَكَمْ .



قواعد أولي الألباب



عزيزي كل زوج ..

قد يملك النصح والكلام الكثير، ولكن الأمر مهم فهي حياتك ولذلك جمعت لك هنا بعض توقيعاتي التي أرى رغم اختصارها أنها مفيدة كشعارات سريعة للوصول إلى السعادة .

اقرأ وتدبر، ولكن الشرط الأساسي أن تكون من أولي الألباب واللبيب بالإشارة يفهم .

- الغيرة الخطأ ، هي قبر الزوجية المفتوح .

والنقد اللاذع المستمر سم قاتل .

والشكوى المستمرة، أهم وسائل الشيطان لهدم الحب .

خلاصة الغيرة والنقد والشكوى هي النكد والنكد قد يكون حفرة صغيرة .

فاحذر أن تحفر قبر زواجكما عن طريق سلسلة من الحفر الصغيرة.

قاعدة ١: (لا تخلق نكداً)

- يجوز أن تنسى ماذا كانت ترتدي زوجتـك في سـهرة الأسـبوع الماضي، ولكن إياك أن تنسى أن تقول لها، لقد كنت رائعة على أي حال .
- جلست الجدة العجوز ذات الثمانين عامًا بـين أحفادهـا وهـم يعرضون عليها صورًا لها منذ أربعـين عامًـا، لم تـستطع عيناهـا الضعيفتان أن ترى الصور بوضوح ولكنها سألت عـن إحـدى الصور باهتمام:

- ما الذي كنت أرتديه ذلك اليوم ؟
- هل كان جميلاً ومناسبًا ؟

وتذكر أن...

المرأة تحب أن تمدح شكلها، ملابسها، عطرها فهي ليست مثلك تحب أن ترى نجاحاتك وعملك في عيون الآخرين بغض النظر عن الشكل.

لماذا لا تظهر تقديرك لزوجتك ؟!

اجعلها تعلم أنك تقول لكل من حولك إن زوجتي سـبب نجـاحي في الحياة .

قالت زوجة لصديقتها: من رقة زوجي معي واحترامه وتقديره لي وثنائه المستمر علي أظن أحيانًا أني ملاك حقيقي ولست من البشر .

يقول أحد الملوك: (أنا مستعد للتخلي عن ملكي إرضاء لزوجتي التي تنتظرني يوميًا على العشاء بلهفة شديدة، ولا تأكل حتى آكل) .

ألا تفعل زوجتك هذا دائمًا وأنت لست ملكًا ولا وزيرًا؟!

أيها الزوج اللبق إليك قاعدة ثانية

قاعدة (٢) (امنح الثناء والتقدير المخلص)

- النجاح في الزواج ليس فقط إيجاد الرفيق الملائم بل أن تكون أنت أيضًا رفيقًا ملائمًا .

من أجل التعايش مع الآخرين لا تتدخل في طريقتهم للحصول على السعادة، شجعهم عليها، ونمها لهم .

لماذا تنتظر دخول زوجتك المستشفى لتقدم لها باقة من الزهر ؟! إنه لن يكلفك الكثير ولكن ستجني منه الكثير .

هل تظن أنك يجب أن تخبر زوجتك بشيء مهم عندما تتصل بها يوميًا من مقر عملك، فقط هي رسالة تجعلها في انتظارك طوال اليوم .

إياك أن ترفع سماعة التليفون لتطلب منها طلبًا ثم تغلق مباشرة، أقول لك إن سكرتيرك الخاص الذي تعامله بهذه الطريقة يتمنى أن يجد عملاً عند غيرك، ولا يربطه بك إلا لقمة العيش .

لا تتذكر أي مناسبة فلم يؤثر ذلك في مجرى حياتك ولكن إياك أن تنسى مناسبتين، يوم مولدها ويوم زواجكما فهما قد يغيرا كل حياتك .

نعم عزيزي الزوج هي أشياء قد تراها بسيطة ولكن كثيرًا ما سمعت أزواج آسفون بعد أن فشلوا في إقناع زوجاتهم بعدم الاستمرار في إجراءات الطلاق يقولون: أشياء بسيطة جدًا تمنع كوارث عظيمة وهذه قاعدة أخرى .

قاعدة (٣) (اهتم بالأشياء حتى البسيطة)

عشرات الاستطلاعات أجريتها أثناء عملي في مجال الإرشاد الزوجي حول أسباب فشل الزواج وعشرات الأسباب تراصت في مفكرتي، ولكن لم يخلو استطلاع من سبب أساسي وهو:

عدم التوافق الجنسي

أقول لك أيها الزوج، لا تترك أهم أسباب السعادة للصدفة والسلوك الفطري، ولا أغشك إذا طالبتك بالاهتمام بهذا الأمر وأنت تشكو لي

دائمًا أن الطرف الآخر ضعيف الاستجابة أو لا يهتم ولكن فقط أحـذرك إذا استمرت شكواك فسوف ترحل سعادتكما، اقرأ كتابًا حول العلاقـات الزوجية وخاصة ما يخص المرأة وما تهتم به وما يسعدها وما ترجـوه مـن زوجها في هذا المجال.

اسـألها عما يرضيها ، حاورهـا حـول الموضـوع، افـتح بعـض السـتائر الكثيفة مـن الحيـاء المحمـود أو الخجـل الممقـوت، فقـط أذكـرك بقاعدة أخيرة .

قاعدة (٤) اعمل على إحياء التوافق الجنسي بينكما

هي أربعة قواعد :

١- لا تخلق نكداً .

٢- امنح الثناء والتقدير المخلص .

٣- اهتم بالأشياء حتى البسيطة .

٤- اعمل على إحياء التوافق الجنسي بينكما



الفصل الثالث

أوفوا بالعقود



الميثاق الغليظ

عندما عرف فقهاؤنا الزواج قالوا:

عقد يفيد حل استمتاع كل من العاقدين بالآخر على الوجه المشروع.
فالمقصد الأساسي لعقد الزواج هو أن يكون استمتاع كل من الزوجين بالآخر حلالاً بعد أن كان حرامًا.

وسماه الله – تعالى– (الميثاق الغليظ)، وجعله سببًا لإفضاء كل من الزوجين إلى الآخر.

يقول – تعالى – معلقًا على سبب عدم جواز أخذ مهر الزوجة عند فراقها: ﴿وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَاقًا غَلِيظًا﴾ [النساء: ٢١].

يقول ابن عباس قوله – تعالى –: ﴿وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ﴾ يعني: بذلك الجماع .

أما الميثاق الغليظ فقد فسره ابن عباس بالعقد:

وقال الربيع بن أنس: هو قول رسول الله ﷺ: «**فاتقوا الله في النساء؛ فإنكم أخذتموهن بأمان الله، واستحللتم فروجهن بكلمة الله**»(١) .

---

(١) رواه مسلم، كتاب (الحج)، باب: حجة النبي ﷺ ، رقم (٢١٣٧).

يقول سيد قطب ـ رحمه الله ـ:

«ويدع الفعل أفضى بلا مفعول محدد ؛ يدع اللفظ مطلقا يشع كل معانيـــه، ويلقي كل ظلاله، ويسكب كل إيحاءاته . ولا يقف عند حدود الجسد وإفضاءاته، بل يشمل العواطف والمشاعر والوجدانات والتــصورات والأســـرار والهمـــوم، والتجارب في كل صورة من صور التجاوب في كل اختلاجة حب إفــضاء، وفي كل نظرة ود إفضاء، وفي كل لمسة جسم إفضاء»[(١)] .

> إنه عقد بينكم، أحل لكم منكما ما كان حرامًا من قبل، وجعل هذه العلاقة الحسية الحميمة من الإفضاء الجسدي بينكما سببًا رئيسيًّا لتوثيق ذلك العقد، وجعله غليظًا في حياتكما ..

ولا أفهم ما ذهب إليه بعض الرجال أن المرأة لا حاجـة لهـا في تلـك العلاقة، وأنها لا دور لها إلا كونها مقضي شهوة الرجل ؛ فانقسمت تلك الفئة العجيبة إلى قسمين:

قسم منهم: يظن أن نهايـة هـذه العلاقـة أن يقـضي هـو حاجتـه مـن زوجته بأي شكل كان، وبغض النظر هـل شـاركته في المتعـة أم كانـت في غيبوبة عنه !

---

(١) في ظـلال القـرآن في تفـسير قولـه تعـالى: ﴿وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَاقًا غَلِيظًا﴾ .



وقسم ثان: اعتبر أن من أسمى واجبات المرأة أن تكون على استعداد تام لزوجها في أي وقت آناء الليل وأطراف النهار، بغض النظر عن استعدادها النفسي أو الجسدي أو العاطفي .

الفهم المعكوس:

ولمناقشة هذين القسمين من الأزواج نقول للأول:

تأمل معنى قوله تعالى: ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ ٱلَّذِى عَلَيْهِنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ﴾ [البقرة: ٢٢٨] .

هل تركت هذه الآية حقًا للزوج على زوجته لا يساويه حق لها عليه أيضًا، ويدخل في ذلك الجماع والمعاشرة الزوجية ؟!

بل وفي تفسير قوله – تعالى: ﴿فَلَا تَمِيلُوا۟ كُلَّ ٱلْمَيْلِ فَتَذَرُوهَا كَٱلْمُعَلَّقَةِ﴾ [النساء: ١٢٩] .

أي كأنها بلا زوج، والواجب الذي تركه الزوج هنا في هذه الآية وجعله مائلًا هو أنه تعمد أن لا يجامعها.

وتعالى نفهم حديث رسول الله ﷺ التالي كما فهمه ابن حجر العسقلاني:

عن عبد الله بن عمرو بن العاص – رضي الله عنهما – قال: قال لي رسول الله ﷺ :**«يا عبد الله: ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل؟»**.

فقلت: بلى يا رسول الله . قال: «**فلا تفعل؛ صم وأفطر، وقــم ونم، فــإن لجسدك عليك حقا، وإن لعينك عليك حقًا، وإن لزوجك عليك حقا**»(١) .

يقول ابن حجر في التعليق على الجملة الأخيرة «وإنا لزوجك عليك حقًا»: (لا ينبغي للزوج أن يجهد نفسه في العبادة حتى يضعف عن القيام بحقها من جماع واكتساب) .

إذا فللمرأة حق في هذا العقد على زوجها لابد أن تستوفيه منه كما يستوفيه هو ولا تقف حتى العبادة عائق عن وفاء هذا الحق؛ ولابد أن يطمئن الزوج أن زوجته مستوفية من هذا الأمر، ويتفقده لديها، فإنه واجب عليه بمقتضى العقد .

والله يقول: ﴿أَوۡفُواْ بِٱلۡعُقُودِۚ﴾ [المائدة: ١] .

الجو المناسب...

أما أصحاب القسم الثاني، والذين يعتبرون أن أسمى أدوار الزوجة أن تكون على استعداد تام لزوجها لقضاء وطره في أي وقت ؛ آناء الليل وأطراف النهار، بغض النظر عن استعدادها النفسي أو الجسدي أو العاطفي ؛ وبناء على ذلك فليس هناك أدنى مسئولية على الزوج أن تكون زوجته في حاجة إليه أو لا .

---

(١) رواه البخاري، كتاب (الصوم)، باب: (حق الجسم في الصوم)، رقم (١٨٣٩).



بل ويستنكر بعضهم ذلك ويقول: «لا أظنها تريد ذلك أبـدًا، وأظـن أني أجبرها عليه»، ثم يتطاول على الحقوق صائحًا: «إنه حقي» !!.

وحتى لا يدعي أحد عـدم الفهـم أريـد أن أوضـح أن حاجـة المـرأة موجودة فعلاً، ولكن لحكمة الله البالغـة أخفاهـا تحـت الكـثير مـن تلـك الحجب وذلك لطبيعة الحياء التي تغلف سلوك المرأة الفطري، فجعـل مـن الحجب حاجات الرجل السريعة الاشتعال بمجرد النظر .

أما المرأة فلابد أن تكون في حالة طبيعية وفي مـستوى عـاطفي معـين يسبق أداء هذه العلاقة، وهو ما يسمى عندها بالجو الناسب.

وكما أنك تحتاج أن تستجيب لك فيه فهي أيضًا تحتاج استجابتك .

تحتاج تهيئة الجو، وتلمس النفس، ومعرفة الحـال، وتقـديم الرسـائل الرقيقة التي تنبـه حاجاتهـا ألا يكفـي قولـه تعـالى: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ وَقَدِّمُواْ لِأَنفُسِكُمْ﴾ [البقرة: ٢٢٣] .

حق متبادل...

وغير هذين الفئتين من الأزواج هناك فئة ثالثـة قـد اسـتوعبت تلـك المعاني، وعلمت أن للمرأة حقًا لابد أن تستوفيه في علاقتهـا الخاصـة مـع زوجها، وأن الرجل لا يـصح أن يأخـذ حقـه مـن زوجتـه تحـت سـيوف التهديد .

ولكنهم يحتاجون إلى بعض التوجيهات التي سوف نعرضها هنا ؛ زهرات حمراء يقطر ماء الحياة على أوراقها النضرة، نجعلها برقة النسيم حتى لا تستوحشها بعض النفوس الندية، وتمر في أجواء غرفة النوم كأنفاس القبلات الدافئة .

قَدِّمُوا لأَنفُسِكُمْ ...

ونبدأها بهذا المعنى الوارد في الآية السابقة﴿وَقَدِّمُواْ لِأَنفُسِكُمْۚ﴾ .

أليست تلك المكالمة الرقيقة في التليفون من عملك، وتلك اللثمات المتطايرة عبر الأثير تحقيق لقوله – تعالى –: ﴿وَقَدِّمُواْ لِأَنفُسِكُمْۚ﴾ ؟!

أليست تلك المداعبة الرقيقة ، والضمة الحانية أمام الموقد في المطبخ، وأنت في انتظار الطعام تقديم لأنفسكم ؟!

أليست هذه القضية البسيطة، وإن كانت كلمة شكر على عناء اليوم، ومدح للطعام الشهي، ومواساة على بعض الضعف والتعب تقديم لأنفسكم ؟!

والوسائل متعددة، يجيدها الناعمون في السعادة، والكلمة القرآنية تغرد في أذنيك ؛ فحقق أحلامك الرائعة، وتقبَّل هدي ربك: ﴿وَقَدِّمُواْ لِأَنفُسِكُمْۚ﴾.

وهناك تقديم آخر للنفس كما فسره ابن كثير عندما قال: وقوله ﴿وَقَدِّمُواْ لِأَنفُسِكُمْۚ﴾ أي: من فعل الطاعات مع امتثال ما أنهاكم عنه من ترك المحرمات، ولهذا قال بعدها ﴿وَاتَّقُواْ اللَّهَ وَاعْلَمُوٓاْ أَنَّكُم مُّلَٰقُوهُۗ﴾ [البقرة: ٢٢٣] أي:

فيحاسبكم على أعمالكم جميعا ﴿وَبَشِّرِ ٱلْمُؤْمِنِينَ﴾ أي: المطيعين لله فيما أمرهم، التاركين ما عنه زجرهم .

ثم يبين شكل من أشكال هذا التقديم الرباني «عن ابن عباس قال قال النبي ﷺ لو أن أحدكم إذا أتى أهله قال: بسم الله اللهم جنبنا الشيطان وجنب الشيطان ما رزقتنا فإن قض الله بينهما ولدًا لم يضره الشيطان»[1].

ويقول سيد قطب:

﴿فَأْتُوا۟ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ﴾ وفي الوقت ذاته تذكروا الغاية والهدف، واتجهوا إلى الله فيه بالعبادة والتقوى فيكون عملاً صالحًا تقدمونه لأنفسكم واستيقنوا من لقاء الله . الذي يجازيكم بما قدمتم .

﴿وَقَدِّمُوا۟ لِأَنفُسِكُمْ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ وَٱعْلَمُوٓا۟ أَنَّكُم مُّلَٰقُوهُ﴾ ثم تختم الآية بتبشير المؤمنين بالحسنى عند لقاء الله، وفي هذا الذي يقدمونه من الحرث فكل عمل للمؤمن خير وهو يتجه إلى الله ﴿وَبَشِّرِ ٱلْمُؤْمِنِينَ﴾.

تزين لها...

يقول ابن عباس (ترجمان القرآن) «إني لأحب أن أتزين لامرأتي كما أحب أن تتزين لي» ؛ لأن الله – تعالى – قال: ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ ٱلَّذِى عَلَيْهِنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ﴾ [البقرة: ٢٢٨].

---

(١) رواه الترمذي كتاب (النكاح)، باب: (ما يقول إذا دخل على أهله، رقم (١٠١٢) .

واستوعبها أبو يوسف تلميذ أبي حنيفة فقـال – رحمـه الله -: «كمـا يعجبني أن تتزين لي زوجتي يعجبها أن أتزين لها» .

وكان رد فعلها العكسي عجيب على أم الدرداء – رضي الله عنهـا – عندما دخل عليها سلمان الفارسي أخو زوجها أبو الدرداء، فرآها مبتذلـة (أي: لابسة ثياب المهنة والبيت وتاركة ثياب الزينة) فقال لها: ما شأنك ؟ قالت: أخوك ليس له حاجة في الدنيا .

فهل وجدت حل لشكواك الدائمة من عدم اهتمام الزوجة بنفسها في البيت ؟ أظنك أدركت أنك ولابد أن تتزين لها .

أنت أستاذها ...

عن جابر بن عبد الله – رضي الله عنهما – أن رسـول الله ﷺ قـال: «تزوجت؟» . قلت: نعم . قال: «بكرًا أم ثيبًا؟» . قلـت: بـل ثيبًـا . قـال: «أفلا جارية تلاعبها وتلاعبك»[1] .

وفي تفسير قوله – تعالى-: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا۟ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ﴾ وذكر ابن كثير مجموعة من توجيهات النبي ﷺ منها: قوله لعمر بـن الخطـاب: «أقبـل وأدبر، واتق الدبر، والحيضة»[2] .

فزوجتك غالبًا لا تعلم شيئًا وكل مـا لـديها مـن معلومـات وصـلت إليها تحت ستار من الحياء فأنت الآن أستاذها وممارستها هي ناتج تلقينك.

---

(١) رواه الترمذي، كتاب (النكاح)، باب: (ما جاء في تزويج الأبكار)، رقم (١٠١٩) .

(٢) رواه الترمذي، كتاب: (تفسير القرآن)، باب: (من سورة البقرة)، رقم (٢٩٠٦) .



تغشاها. . .

إن أجمل ما في الممارسة الزوجية أن تكون برقة الورد ونقاء الندى، إنها لحظات من الأحلام المتيقظة، والإغفاءات الناعمة .

لقد عبر القرآن عن قمة هذه العلاقة وذروتها التي تأتي بالولد فقال تعالى: ﴿ ۞ هُوَ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا ۖ فَلَمَّا تَغَشَّىٰهَا حَمَلَتْ حَمْلًا خَفِيفًا فَمَرَّتْ بِهِۦ ۖ فَلَمَّآ أَثْقَلَت دَّعَوَا ٱللَّهَ رَبَّهُمَا لَئِنْ ءَاتَيْتَنَا صَٰلِحًا لَّنَكُونَنَّ مِنَ ٱلشَّٰكِرِينَ ﴾ [الأعراف: ١٨٩] .

يقول سيد قطب:

والأصل في التقاء الزوجين هو السكن والاطمئنان والأمن والاستقرار .

والتعبير القرآني لطيف ويرق ويشف عند تصوير العلاقة بين الزوجين، ﴿فَلَمَّا تَغَشَّىٰهَا﴾، تنسيقًا لصورة المباشرة مع وجود السكن، وترقيقًا للفعل حتى ليبدوا امتزاج طائفين، لا التقاء جسدين، إيحاء بالصورة الإنسانية في المباشرة والتفريق بينها وبين الصورة الحيوانية الغليظة)) .

هكذا ﴿تَغَشَّىٰهَا﴾ .



المداعبة يا رجل

قال ﷺ: «كل شيء ليس من ذكر الله لهو ولعب إلا أن يكون أربعة: ملاعبة الرجل وامرأته، وتأديب الرجل فرسه، ومشي الرجل بين الغرضين (الهدفين في الرماية) – وتعليم الرجل السباحة».

المداعبة فن متبادل بين الزوجين يتوقف عليه وجود المتعة واستمرار الحياة الزوجية، وإن كان لكل طرف من الطرفين أسلوبه وطريقته في ملاعبة ومداعبة الطرف الآخر، إلا أن الرجل عليه الدور الأكبر في هذا الفن، وإن كان الكثير من الرجال يهتم بإجادة هذا الفن قبل المباشرة الجنسية كمدخل لتهيئة زوجته للدخول إلى عالمها الخاص التي تفضل دائمًا أن يكون الدخول إليه ذو طقوس ومراسيم خاصة تشعرها بنشوة الإحساس بأن زوجها شغوف بها مقبل عليها، وأنه لا يؤدي واجبًا، مجرد واجب أو يفضي بشهوة، مجرد شهوة .

أقول إن كثيرًا من الرجال يدركون هذا الأمر ويؤدونه بكفاءة متفاوتة قبل المباشرة، إلا أن معظم الرجال وأكاد أقول: كلهم بلا استثناء يتجاهلون هذا الأمر عندما لا يكون لهم رغبة بل أحيانًا يتصرفون عكسه، أما ما أجزم به فهو أن كل الرجال لا يذكرون مجرد ذكرى أن يداعب زوجته بعد مباشرة حميمة ممتعة .



وقد أشرت إلى هذا الأمر في أحد كتبي، حيث قلت هناك تحت عنوان: **ابدأ حيث انتهيت**:

نظرت الزوجة بارتياح إلى زوجها الملقى جوارها وقد أعطاها ظهره، وبدأت أنفاسه تتحول إلى حشرجات وغطيط .

فقالت في نفسها: «عادت ربما لعادتها القديمة» .

إن البدايات معروفة وقد حفظتها زوجتك عن ظهر قلب، وأصبحت تستجيب بمجرد أن تبدأ في أول خطوة ؛ إنه واجب عليها تؤديه .

لقد أصبحت كلماتك المعسولة ورقتك المفاجئة مفاتيح قد تآكلت أسنانها، وقصيدة تشعرها بالملل، والصدمة التي تصيب زوجتك بعد الانتهاء هي عودتك إلى حالتك من الصمت والاكتئاب أو الغضب والتجهم .

أيها الزوج الذكي ..

اسمع زوجتك دائمًا ما تسمعها إياه عندما تريدها، لا تجعلها تقول لك: أنا لا أسمع منك هذه الكلمات إلا إذا أردت معاشرتي .

ولا تكون كقاطع البيداء ليصل إلى الماء والتمر، حتى إذا وصل نام فلا شرب ولا طعم .

افترق برفق..

اجعل كفيك في مكانهما أكبر وقت ممكن..

لا تنقطع عن استخدام شفتيك الدافئة وأناملك الهامسة..

أشعرها أن نهايات الشوق مثل بداياته..

لا تعطها ظهرك وإن أعطتك هي..

ولا تنام قبل أن تسلمها للأحلام..

صافح كل أحبابك الذين كنت معهم منذ قليل معانقًا مشتاقًا..

اترك ذكرى حالمة تبدأ بها في المرة القادمة..

وابدأ حيث انتهيت .

والحقيقة أن بعض الرجال يظن أنه باسترخائه التام بعد الانتهاء من العلاقة ورغبته في النوم قد انهى احتياجه للذة والمتعة وأننا حين نطالبه بالإستمرار فإننا نطالبه بشيء تحتاجه الزوجة منه، ألا أن هذا فهم معكوس حيث أن الزوجة تشعر بهبوط تلهفها تدريجيًا فيحرم الزوج نفسه من أعظم الفترات العاطفية كما يفسد على زوجته استمتاعها بمشاركته تلك اللحظة وحنانها الجميل، وحاجتها الأكيدة إلى المداعبات والقبل والكلمات الحلوة التي تطلبها المرأة أكثر من الاستمتاع الجسدي لذلك يجب على الزوج الاستمرار في إمتاع زوجته ومداعبتها بعد إشباع رغباته، و قد يكفي أن يمنحها كلمة حب أو قبلة أو لمسة رقيقة أو عناقًا.

وقد جاء في أمثال العامة في تفضيل الزوج القبيح الذي يحسن المداعبة على الزوج الجميل الجامد: «وِحِشْ لكنه نِغِشْ!» .



وعالم الحيوان يجيد هذا الفن يقول ابن الجوزي في كتاب «الأذكياء» واصفًا حال الطيور: «فيبتدئ الذكر بالدعاء – أي: دعاء أنثاه إليه –، وتبتدئ الأنثى بالتأني والاستدعاء ثم ترفق وتتشكل ثم تمتنع فتجيب ثم يتعانقان ويتطاوعان، ويحدث لهما من الغزل والتقبيل والرشف الشيء الكثير» .

فهمت يا...

حكى لي أحد زواري أنه كان له مع زوجته نزهة معتادة على شاطئ النيل بعد غروب الشمس، ولاحظ أنها تأتي في مكان محدد وتقف بعض الوقت تتأمل ثم تنصرف، واعترف لي أنه كان يصيبه الملل من تلك الوقفة، وكانت تطيل الوقوف أحيانًا، ولكنه لم يشأ أن يزعجها فهو قد خرج معها لقضاء ذلك الوقت، فكان يروح ويجيء في المكان حتى تنتهي من تأملها أو يحثها بتنهيده طويلة مثلاً ثم ينطلقا، وفي يوم خطر بباله لماذا لا يقف معها ويتأمل فيما تتأمل ودقق النظر فرأى مشتل يحتوي كمية كبيرة من الزهور والنباتات، فأخذ يدقق فيها النظر عله يجد سببًا لعادتها اليومية في التأمل .

ثم نظر إليها فوجدها توجه بصرها إلى مكان ما فوق شجرة فوقع بصره ليجد أعشاشًا كبيرة لنوع عجيب من الحمام الأبيض الكبير الحجم.

لم يشغله الأمر في أوله ولكنه مع استمرار التأمل بدأ يلاحظ **أن كل زوجين من الحمام بينهما لغة عجيبة فكل ذكر مشغول بأنثاه التي تذهب**

هنا وهناك في تجاهل شديد له وذكرها يتابعها ينقر زيلها ويجذب ريشاته، ثم يقترب منها ليدفن رأسه تحت جناحها ويواجهها ليضع منقاره على منقارها ثم يلتقم منقارها في رقة ويعود ليلتصق بها وهي تبتعد وهو يقترب برفق شديد .

جذبه هذا الأمر وأخذ يراقب حتى نبهته زوجته أنه يريد أن ينصرف، وعاد إلى البيت ولا زالت ذكرى الحمام تدور في ذهنه ودارت الأيام وكأنه تعلم من الحمام شيء أسعده كثيرًا مع زوجته وبعد أيام وأثناء مرورهما أمام هذا المشتل الصغير نظر إليها مبتسمًا ابتسامة ذات معنى وهو يضغط على كفها برفق ألا نقف لنأخذ درس اليوم .

وسائل ووسائل...

والآن نستعرض معًا بعض وسائل المداعبة التي يجيدها بعض الرجال وتحبها الكثير من النساء وذلك في زروة أوقات الجماع أو في الدعاء إليه أو بعده أو في الأوقات العادية من اليوم الزوجي.

١- **ترخيم إسم الزوجة والهمس بأحب أسمائها في أذنها**: وفي الحديث أن رسول الله ﷺ قال للسيدة عائشة: «يا عائش، هذا جبريل يقرئك السلام، قالت عائشة: وعليه السلام ورحمة الله وبركاته وهو يرى ما لا أرى» .

٢- **أن يشرب ويأكل من موضع فيها**: قالت عائشة رضي الله عنها كنت أشرب وأنا حائض فيضع فاه (أي النبي ﷺ) على

موضع في فيشرب، وأتعرق العرق (تأكل اللحم)، وأنا حائض، ثم أناوله النبي ﷺ فيضع فاه على موضع فيَّ)) .

٣- **أثناء الغسل**: قالت عائشة رضي الله عنها: «كنت أغتسل أنا ورسول الله من إناء بيني وبينه، تختلف أيدينا عليه فيبادرن فأقول: دع لي دع لي» [(١)].

والسيدة أم سلمة تقول: رأيتني ورسول الله ﷺ نغتسل من ركن «وعاء واحد» [(٢)].

٤- **الملاعبة والمضاحكة**: فعن عائشة رضي الله عنها أنها كانت مع رسول الله ﷺ في سفر وهي جارية قالت: لم أحمل اللحم ولم أبدن، فقال لأصحابه: تقدموا ثم قال: تعالي أسابقك فسابقته فسبقته على رجلي، فلما كان بعد خرجت معه في سفر فقال لأصحابه: تقدموا، ثم قال: تعالى أسابقك ونسيت الذي كان، وقد حملت اللحم فقلت: كيف أسابقك، يا رسول الله، وأنا على هذه الحال ؟! فقال: تفعلين فسابقته فسبقني فجعل يضحك فقال: هذه بتلك المرة)) .

---

(١) رواه مسلم، كتاب الحيض، باب: القدر المستحب من الماء في غسل الجنابة، رقم (٤٨٥) .

(٢) رواه النسائي في سننه كتاب الطهرة، باب: ذكر اغتسال الرجل والمرأة من نسائه في إناء واحد ، رقم (٢٣٧).

٥- **المقاربة الحميمة**: عن عائشة رضي الله عنها «أن النبي ﷺ كان يتكئ في حجري وأنا حائض ثم يقرأ القرآن»[١] .

وعنها قالت: كان يوم عيد يلعب فيه السودان بالورق (تروس من جلد) والحراب، فإما سألت النبي ﷺ وإما قال: تشتهين تنظرين ؟ قلت: نعم، فأقامني وراءه خدي على خده وهو يقول: دونكم ابني ارفده حتى إذا مللت قال حسبك، قلت: نعم، قال: فاذهبي[٢] .

٦- **القبلة**: فعن أم سلمة قالت: كان النبي ﷺ يقبلها وهو صائم[٣] .

وعن أبي النضر أن عائشة بنت طلحة أخبرته أنها كانت عند عائشة زوج النبي ﷺ فدخل عليها زوجها هناك وهو عبد الله بن عبد الرحمن بن أبي بكر الصديو وهو صائم فقالت له عائشة: ما يمنعك أن تدنو من أهلك فتقبلها وتلاعبها؟.

أنها ضرورة ملحة في كل لقاء بين الزوجين، فالحياة الزوجية يجب ألا تخلو من العواطف، والقبلة تترجم كثيرًا من العواطف، وهي أهم حركة في معزوفة الحب .

---

(١) رواه البخاري، كتاب الحيض، باب: قراءة الرجل في حجر امرأته وهي حائض، رقم (٢٨٨)، ومسلم: كتاب الحيض باب جواز غسل الحائض رأس زوجها وترجيله، رقم (٤٥٤).

(٢) رواه البخاري، كتاب الجمعة، باب: الحراب والورق يوم العيد، رقم (٨٩٧)، ومسلم: كتاب العيدين، باب: الرخصة في اللعب الذي لا معصية فيه في أيام العيد رقم (١٤٨٢).

(٣) [illegible] الحائض وهي في ثيابها، رقم (٣١١).

وتعبر الخبيرة النفسية (ماري ستوب) عن رغبة بنات حواء بصراحة مكشوفة تقول: على الرجل عندما ينادي بشفتيها شفتيه إذا لمس من عروسه هذا الاستسلام وتلبية ندائه فعليه أن ينتقل بشفتيه وأن لا يحصر نشاطهما على شفتيها فهذا من العوامل التي تثير وتنشط الشعور الجنسي والتسلط ولا بأس، فمن الضروري الانتقال بشفتيه إلى أمكنة أخرى مثل الأذن والعنق والجيد)) .

٧- **اللمس باليد**: وهذه لها أثر كبير في إمتاع المرأة وإشباعها، وعدمها يشعرها بالنقص وعدم الإشباع .

٨- **التزام الصدر ومص الثدي**: عن زيد ابن أسلم أن رجلاً سأل رسول الله ﷺ قال: ما يحل لي من امرأتي وهي حائض؟ فقال رسول الله ﷺ: «لتشد عليها إزارها ثم شأنك بأعلاها».

ورؤية الثدي وملامسته واستعمال الفم (بالمص) يزيد من إحساس الرجل بالإثارة الجنسية وغالبًا ما ترحب المرأة بذلك بل إن إحساسها بثديها يرتفع كثيرًا في التحضير مع مراعاة أن الإحساس في الثدي ليس مركزًا في حلمته بل قد يمتد إلى الثدي كله بالضغط عليه بجانب أن بعض النساء ينفرن من التركيز على حلمتي الثدي وخاصة قبل الإيلاج وبعد انتهائها من الإنزال .

٩- **مص اللسان ورشف الشفتين:** عن جابر بن عبد الله قال: تزوجت، فقال لي رسول الله ﷺ: «ما تزوجت ؟ فقلت: تزوجت ثيبًا، فقال: مالك وللعذارى ولعابها» .

قال الحافظ ابن حجر: قوله مالك وللعذارى ولعابها ؟ ضبطه الأكثر بكسر اللام (أي لِعابها) وهو مصدر من الملاعبة، ووقع في رواية المستملي بضم اللام والمراد به الريق، وفيه إشارة إلى مص لسانها ورشف شفتيها وذلك يقع عند الملاعبة والتقبيل وليس هو ببعيد كما قال القرطبي .

ويراعي أيضًا الرجل مزاج النساء فليس كل منهم تحب هذا الأمر، وليس كل منهن تحبه في كل وقت أثناء الجماع فعلى الرجل أن يتلمس مواقع موافقتها لتلمسه أوتار آلته لتخرج أعذب الألحان .

١٠- **مداعبة الأذنين:** فالجلد المغذي لهما شديد الحساسية للمس؛ كذلك فإن ملامسة الأذنين بالفم مثلاً ثم الهمس فيهما يجمع بين الوظيفتين في هدف واحد وهو زيادة الإثارة والتحضير للقاء .

١١- **العجز والفخذان:** فالمنطقة التي أسفل الظهر وعند الفخذين خاصة من داخلهما أماكن غنية بالإحساس اللمسي؛ لذلك فملامستهما ومداعبتهما تساعد كثيرًا في التحضير، واشتكت امرأة من زوجها يومًا فقالت: ((أنه لا يعرف



فخذي)) أي أنه يهتم بالجماع وقضاء وطره فقط دون مداعبة فخذها وجسمها وهو الأهم عند المرأة .

١٢- **الأعضاء التناسلية**: يختلف الإحساس في الأعضاء التناسلية من مكان لآخر في الأنثى ومن أنثى إلى أخرى ويحتاج التعامل مع هذه المنطقة إلى رقة شديدة وحساسية عالية.

وأخيرًا يجب التنبيه على أمرين :

الأول: إنه من المؤسف أن يتباعد الزوجان بعد الجماع مباشرة ولا سبب لذلك إلا الجهل أو الإهمال فيدير الرجل وجهه ويستغرق في النوم وربما لا تكون المرأة قد استنفذت لذتها ويحدث أحيانًا أن يسبق الرجل فيقذف وتبقى المرأة متهيجة فيتركها الرجل وهي تعاني توتر الأعصاب وتستشعر أنها بذلت مجهودًا بلا فائدة أو أن زوجها أناني لا يهمه إلا إشباع رغبته ويتسلل بغض هذه العلاقة إلى قلبها بل وبغض زوجها أحيانًا إلى قلبها .

الثاني: أذكرك أنك متزوج امرأة عفيفة يكسوها حياء فطري وتربوي وديني .

النت العجيب:

أما ما دعاني لأن أقول لك ذلك فهو هذا الرجل الذي مر على زواجه أكثر من عشر سنوات وجاء يعترف لي أنه وبعد اختراع شبكة الإنترنت وانفتاح الفضائيات بدأ يتسلل إلى تلك المواقع والقنوات التي

تعرض علاقات كاملة بين النساء والرجال، قليل منها طبيعي وأكثرها يتميز بنسبة من الشذوذ، ولاحظ أن هناك أمور تفعلها النساء أثناء العلاقة، وأمور يفعلها الرجال وترضى بها النساء لم يجدها طوال العشر سنوات السابقة في زواجه، ولما حاول مع زوجته أن يبادلها إياها وجدها تنفر منه نفورًا وصل في بعض الأحيان إلى العنف والشدة بل والاتهام، وفي نهاية كلمته العصبية وهو يطالب بما يظن أنه حقوقه قال منفعلاً ألم يقل الله تعالى: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا۟ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ ۖ وَقَدِّمُوا۟ لِأَنفُسِكُمْ ۚ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ وَٱعْلَمُوٓا۟ أَنَّكُم مُّلَٰقُوهُ ۗ وَبَشِّرِ ٱلْمُؤْمِنِينَ﴾ . وما دمت لا أفعل الحرام الوحيد المنهي عنه في العلاقة وهو إتيان الدبر فأنا أشعر بهضم حقي وحرماني من لذة يمكن أن أجدها مع غيرها !!!

سكت صاحبي وهو ينظر إلى ابتسامتي التي عبرت عن كثير من الانفعالات داخلي وقلت له بهدوء: انتهيت.

قال: نعم .

قلت: أولاً لا يخفى عليك حرمة ما فعلت، ولا زلت تفعل..

أراد أن يقاطع فقلت له: يكفيك ويكفيني قول الله تعالى: ﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا۟ مِنْ أَبْصَٰرِهِمْ وَيَحْفَظُوا۟ فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرٌۢ بِمَا يَصْنَعُونَ﴾ [النور: ٣٠] .



وقوله ﷺ: «النظرة سهم من سهام إبليس من تركها من مخافة الله أبدله الله إيمانًا يجد حلاوته في قلبه»[1] .

لقد اشتد بعض الأنبياء في هذا الأمر حتى قال عيسى بن مريم - عليه السلام -: «من نظر إلى امرأة واشتهاها فإنه زنى بها في قلبه».

وأخيرًا: ﴿أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَىٰ﴾ [العلق: ١٤] .

نكس الرجل رأسه وقال: ولكني أشكو الآن من زوجتي ماذا أفعل؟

قلت له: وهذه أحد النتائج الخطيرة لإطلاق البصر في كل النساء .

ولم أشأ أن أجعلها جلسة تقريع للرجل فقلت مغيرًا وجهة الحديث: أريد أن تدرك أمورًا:

الأول: أنك شاهدت نساء كثيرات وليست واحدة وما عند هذه من فن قد لا تجيده الأخرى كما أنت أيضًا ما عند الرجال من فن لا يجيدوه جميعًا .

ولذلك أقول لك: إنك متزوج من امرأة واحدة وليست عدة نساء.

الثاني: أن نساء النت محترفات، وإذا أردت اللفظ الصريح (عاهرات) تلك مهنتهن يؤدينها بضوابط فنية مثيرة لمن يرى، ولا أظنها تثير الطرف الآخر فغرضهن الأساسي إثارة من يشاهد كنوع من أنواع ترويج السلعة .

> فهي علاقة بلا روح..
> هل تحب أن تكون علاقتك بامرأتك بلا روح.

---

(١) رواه الحاكم في المستدرك (١٨/ ٢٤٦)، رقم (٧٩٨٨).

الثالث: وهو مرتبط بالسابق أنك متزوج امرأة عفيفة لا زالت تطالبك بإطفاء النور عند اللقاء بل وتطلب منك أن تتم ذلك تحت غطاء ولا زالت تتحاشى النظر في عينيك عند قضاء شهوتها فقدر لها ذلك واحترمه وتعامل معه برفق .

الرابع: أنت أستاذ امرأتك كما وضحنا في أكثر من موقع، والأستاذ لا يحشو رأس تلميذه بالمعلومات حشوًا، ويدربه على المهارات خطوة خطوة، ويتحين وقت فراغه واستعداده ورغبته ليلقي له بالمعلومة .

الخامس: ارض بما أعطاك الله - جل وعلا - تكن أغنى الناس واشكره على نعمة غيرك محروم منها وادعوه أن يجنبك الشيطان حتى لا تغدو حيران أسفًا .

السادس: عد رجلاً راعيًا محبًا متحكمًا في شهوته لا مخلا منحلا لا هم له إلا متعة لا تدوم إلا دقائق، وقد أدمن البحث عن العقاقير التي تضر أكثر مما تفيد، أقول لك أيها الرجل عد رجلاً.

وأخيرًا..

أصدر أحدهم كتابًا عن فنون العلاقة وذكر على غلافه أن ذكر فيه مائة وخمسين وصفًا من أوضاع النكاح!!!

ملكني العجب وقلت لأحد جلسائي إنها مباراة في الجمباز أو في السيرك وليست علاقة طبيعية!!!

وتشكو النساء

١- الغيرة دمرت حياتي.

٢- أنت عصبي يا زوجي العزيز.

٣- لماذا تحب الفوضى يا حبيبي؟

٤- لماذا تشعل نار غيرتي بتصرفاتك الصبيانية؟

٥- هل انتهى عمري الافتراضي بعد الأربعين؟

٦- أرجوك مرة واحدة، اعترف بخطئك.

٧- بيني وبينك افعل ما تشاء، أما أمام الآخرين فلا تجرحني .

٨- عندما أشتاق إليك تعلم ولو لم أخبرك فلماذا تتكبر عندما تريدني ؟

٩- الطلاق كلمة باللسان، ولو بلا نية، وأيضًا الحب يا حبيبي.

١٠- كلمتان تهدمان الأمان ويولدان الشك وتزرعان البغض: سأطلقك، وأتزوج عليك .

هكذا أيها الأزواج نقلت إليكم الكثير مما أخبر به الزوجات على مقعد مكتبي أو بريدي الإليكتروني أو التليفون..

وقد أعقد لكم حديث خاص لنتحاور حول هذه الشكوى ولكن لا زلت أذكركم بأدواركم حتى تحافظوا على بيوتكم سعيدة..

فهل تحسنوا مهارة تبادل الأدوار ...

أرجو ذلك..

أكرم رضا..





دور الزوجة



فهـرس الموضـوعـات:

كيف تبنون بيتًا سعيدًا










دور الـــزوج





منتدى إقراء الثقافي



هذا الكتاب

كنت قد أصدرت الجزء الأول من هذا الكتاب منذ ما يقرب من عشر سنوات بعنوان (كيف تبنين بيتًا سعيدًا؟ دور الزوجة) وتأجل إخراج الجزء الثاني حول دور الزوج.

واليوم أصدر الجزئين في كتاب واحد أخاطب فيه الزوجين معًا حول حقوق وواجبات كل طرف تجاه الآخر لنصل في النهاية إلى البيت السعيد.. حيث تجيب الزوجة عن سؤال (كيف تبنين بيتًا سعيدًا؟) بأداء دورها المطلوب ويجيب الزوج عن سؤال (كيف تحافظ على بيتك سعيدًا؟) بأداء دوره المطلوب لذلك سميت هذا الكتاب (كيف تبنون بيتًا سعيدًا؟ - الأدوار المتبادلة) دور الزوجة ودور الزوج. وجعلته حلقة من سلسلة (بيوتنا وإدارة الذات) التي تصدرها شركة ألفا

د/ أكرم رضا



ت وفاكس: 0020233888593
مـوبايـل: 0020101099805
Email:alfa_eg@yahoo.com
info@alfa_publishing.com
www.alfa_publishing.com